આકાંક્ષાથી સુખપ્રાપ્તિ થશે એમ સમજીને શરીરને સતાવવામા લાગે છે, તેઓનું દુઃખમા પણ આનંદ માણવાનું કારણ દુઃખ સાથે સુખ સંયુક્ત થઈ ગયું હોય છે, તે છે. પોતાને અત્યારે પીડી રહેલા તપસ્વીઓ પોતાને માટે સ્વર્ગની અને અત્યારે સુખ મેળવી રહેલા ભોગી માટે નરકની કલ્પના કરીને તેમના તરફ તિરસ્કારની નજરે જોતા હોય છે આ બધાની વૈજ્ઞાનિક ઢબે ચર્ચા કરતા રજનીશજી કહે છે કે પશુ તો પ્રકૃતિમા જીવે છે પરંતુ મનુષ્ય પ્રકૃતિથી નીચે પડીને, વિકૃત થતાં પશુથી બદતર હાલતમા જાય છે; તેમ જ પ્રકૃતિથી ઉપર ઊઠીને— અતિક્રમણ કરીને સંસ્કૃતિમાં પણ પ્રવેશ કરી જાય છે. તપ એ મનુષ્યને ઊર્ધ્વગમનની દિશામાં લઈ જવાની પ્રક્રિયા છે તપનો બીજો અર્થ થાય છે — જીવન ઊર્જા, ઊર્ધ્વગામી હોવું તે તેનો સ્વભાવ છે. પણ જન્મોજન્મની આદતોને કારણે આપણે તેને અધોગામી બનાવેલ છે. રજનીશજીના હિસાબે આ શક્તિને ઊર્ધ્વગમનની દિશામા લઈ જવી એ તેનો ખરો અર્થ છે. તેમના કહેવા મુજબ ખોટો તપસ્વી આદત બનાવે છે અને કામ-કેન્દ્રને શક્તિ ન મળે તે માટે દમન અને ઓછું ભોજન વગેરેનો આશરો લે છે, પણ તેથી તે વાસના-મુક્ત નથી થતો પરંતુ સાચો તપસ્વી પોતાનો સ્વભાવ શોધે છે અને આદત સાથે લડતો નથી, પણ તેના સ્વીકાર દ્વારા ધ્યાનનુ રૂપાંતરણ કરે છે. તે શક્તિ પેદા કરે છે અને તેને નવા કેન્દ્રો પર ઊર્ધ્વગામી કરે છે. એક વખત તપની આ ભૂમિકા સમજાઈ જાય તો તપના એક-એક અંગમાં ઊતરવાનું આસાન થઈ જાય છે.

તપ એ આચરણ હોઈ સાધક માટે ઘણું ઉપયોગી છે. નિઃશંક રીતે રજનીશજીએ તપની જે વૈજ્ઞાનિકતા છે તેના આધારે વિધાયક માર્ગની જે પ્રરૂપના કરી છે તે જૈન અને જૈનેતર દરેક સાધક માટે ઘણી મદદરૂપ થશે તેવી આશાથી આપના હાથમાં આ પુસ્તક મૂકતા અત્યંત આનંદ થાય છે

ગોવિંદ ચૈતન્યના પ્રણામ

સયમની વિધાયક દૃષ્ટિ

પ્રવચનના મુખ્ય મુદ્દાઓ

(૧) સંયમ સંકોચ નથી પણ વિસ્તાર છે
(૨) મહાવીરનો સંયમ ત્યાગથી નહિ પણ ઉપલબ્ધિના કારણે
(૩) વિધાયક સયમ દ્વારા અ તર્-જગતની શ્રેષ્ઠતર વસ્તુની ઉપલબ્ધિ
(૪) નિષેધાત્મક સંયમનુ પરિણામ — આંતરસંઘર્ષ અને ખ ડિત વ્યક્તિત્વ
(૫) મહાવીરનો સંયમ તમને ખ ડિત બનાવવા માટે નહિ પણ અખ ડિત બનાવવા માટે
(૬) મહાવીરની પાપની વ્યાખ્યા ખંડિત થવુ પુણ્યની વ્યાખ્યા એકત્રિત થવુ
(૭) મહાવીરની ઇન્દ્રિયો ઉપરની જીત — લડીને નહિ પણ અતિન્દ્રિય સ્વરૂપની શોધ દ્વારા
(૮) બધી ઇન્દ્રિયો બાહ્ય-જગત સાથે જોડે છે તેમ અ તર્ જગત સાથે પણ જોડે છે
(૯) યોગી દ્વારા જીભને અંદરની કરવાનુ પ્રતીક — રસને ભીતરની દિશામાં વાળવાની પ્રક્રિયા દર્શાવતુ
(૧૦) કર્ણેન્દ્રિયને ભીતરની દિશામાં વાળવાની પ્રક્રિયા
(૧૧) સ યમની ઉપલબ્ધિ — જ્યારે ભીતર અને બહાર બધુ સમ થઈ જાય ત્યારે
(૧૨) નેત્રેન્દ્રિયને ભીતરની દિશામાં વાળવાની પ્રક્રિયા
(૧૩) સ્પર્શેન્દ્રિયને ભીતરની દિશામા વાળવાની પ્રક્રિયા
(૧૪) વિધાયક સયમ માટે વધુ સક્રિય ઇન્દ્રિયને પકડવી ઉપયોગી.

(૧૫) જે ઇન્દ્રિય સૌથી વધુ બહાર લઈ જાય છે, તે જ ઇન્દ્રિય સૌથી વધુ અંદર લઈ જવાનું દ્વાર થાય છે.
(૧૬) મહાવીરના મતે આત્માની ત્રણ સ્થિતિઓ — બહિરાત્મા, અંતરાત્મા અને પરમાત્મા.
(૧૭) ઇન્દ્રિયો બહાર પદાર્થ સાથે જોડે છે, અંદર આત્મા સાથે જોડે છે.
(૧૮) મનુષ્યની સંભાવના—બહિરાત્માની સ્થિતિમાથી અંતરાત્માના માર્ગ દ્વારા પરમાત્મા સુધી પહોંચવાની
(૧૯) ઇન્દ્રિયોનાં બે રૂપ — ઐન્દ્રિક અને અતીન્દ્રિય.
(૨૦) રશિયન અંધ છોકરી દ્વારા વાંચવાની અતીન્દ્રિય શક્તિનો થયેલો વિકાસ.
(૨૧) મહાવીરની સંયમની દૃષ્ટિનો આધાર — અતીન્દ્રિય શક્તિનો વિકાસ.
(૨૨) નિષેધની ધારણાને કારણે તપશ્ચર્યા દ્વારા દુર્બળ થઈ ગયેલા બુદ્ધ.
(૨૩) નિષેધથી આત્મ-બળ તો પ્રાપ્ત નથી થતું, પરંતુ શરીર-બળ પણ નષ્ટ થાય છે.
(૨૪) પ્રત્યેક વ્યક્તિની અતીન્દ્રિય સંભાવના — તે જાણવા માટેના પ્રયોગો.
(૨૫) સાધક માટે જરૂરી — પોતાના વ્યક્તિત્વના રૂપને શોધવુ.
(૨૬) વ્યક્તિત્વના આધારે મનુષ્યના ચાર રૂપ.
(૨૭) ધર્મ નષ્ટ થવાનું બુનિયાદી કારણ — ધર્મને જન્મની સાથે જોડવો.
(૨૮) દુનિયાના ધાર્મિક થવા માટેની શરત — ધર્મની પસંદગીની સ્વતંત્રતા.
(૨૯) પોતાની પસંદગીથી થયેલો નાસ્તિક જન્મથી ધાર્મિક વ્યક્તિ કરતા વધુ બળવાન.

(૩૦) મનુષ્યની જડતા — એકની એક ભૂલ વારવાર કરવા અંગેની
(૩૧) મુલ્લાંની બોધકથા — પાપ કર્યા વગર મનુષ્ય જીવી કેમ શકે?
(૩૨) ઇન્દ્રિયોની એક વ્યવસ્થા — એક ઇન્દ્રિયનો અતીન્દ્રિય અનુભવ થતા બીજી ઇન્દ્રિયોના પણ અતીન્દ્રિય અનુભવોની શરૂઆત.
(૩૩) બોધકથા — મુલ્લાંના ઘરની વ્યક્તિઓના એકસરખા દાંતાની
(૩૪) મનોવિજ્ઞાન કહે છે — એક પાગલને સુધારવા માટે પૂરા સમૂહની ચિકિત્સા જરૂરી ધર્મ કહે છે — એક વ્યક્તિના સુધરતા પૂરો સમૂહ સુધરવા લાગે છે
(૩૫) એક ઇન્દ્રિય સંયમ તરફ જાય તો બધી ઇંદ્રિયો સંયમને ઉપલબ્ધ થઈ શકે
(૩૬) ધર્મનું પાગલપણુ — સાધનના અતિ આગ્રહને કારણે

(૧) સંયમ સંકોચ નથી, પણ વિસ્તાર છે

સૂર્યાસ્તના સમયે, જેવી રીતે કોઈ ફૂલ પોતાની પાંખડીઓ બીડી દે — એવો સંયમનો અર્થ નથી. પરંતુ સંયમનો અર્થ એ છે કે સૂર્યોદયના સમયે જેવી રીતે કોઈ કળી પોતાની પાંખડીઓ ખુલ્લી કરે. સંયમ એ કોઈ મૃત્યુના ભયથી સંકોચાઈ ગયેલા ચિત્તની રુગ્ણ દશા નથી; સંયમ અમૃતની વર્ષામાં પ્રફુલ્લિત થયેલા, નૃ કરતા ચિત્તની દશા છે. સંયમ કોઈ ભયથી કરાયેલો સંકોચ નથી કોઈ પ્રલોભનને કારણે ક્રમને પાડવી પડેલી આદત નથી. સંયમ તો અભયની દશામા ચિત્તનો થયેલો વ્યાપ અને વિસ્તાર છે. સંયમ તો કોઈ આનંદની ઉપલબ્ધિથી અંતરવીણા પર ઉત્પન્ન થયેલુ સંગીત છે

સંયમ નિષેધ નથી, પણ વિધેય છે; negative નથી positive છે. પરંતુ પરંપરા નિષેધને માનીને ચાલે છે. કેમ કે નિષેધ સરળ છે, જ્યારે વિધેય અતિ મુશ્કેલ છે. મરવુ ઘણુ સહેલું છે, પણ જીવવું ઘણુ અઘરુ છે. આપણને લાગે છે — ના, જીવવું ઘણું સહેલુ છે, પણ મરવુ ઘણું અઘરું છે. પરંતુ જેને આપણે જીવવુ કહીએ છીએ, એ ફક્ત મરવું જ છે; બીજુ કશું નથી.

સંકોચાઈ જવા કરતા બીજું કશું સહેલું નથી અને ખીલવા કરતા વધુ કઠણ પણ કાંઈ નથી કેમ કે ખીલવાને માટે અંતર-ઊર્જા (આંતર શક્તિ)નુ જાગરણ જોઈએ છે. પણ સંકોચાઈ જવા માટે કોઈ જાગરણની, કોઈ નવી શક્તિની જરૂર નથી જૂની શક્તિ ઓછી થઈ જાય તોપણ સંકોચાવાનું થઈ જાય છે; જ્યારે વ્યાપ તો નવી શક્તિનો ઉદ્ભવ થાય ત્યારે જ થાય છે.

મહાવીરનો સંયમ ત્યાગથી નહિ પણ ઉપલબ્ધિના કારણે

મહાવીરનું વ્યક્તિત્વ તો ફૂલ જેવુ ખીલેલુ છે પરંતુ મહા
વીની પાછળ જે પરંપરા બને છે એમાં મંકોચાઈ ગયેલા લોકોની
ાગની શૃંખલા બની જાય છે પછી પાછળના યુગોમાં એમની
ાછળ ચાલવાવાળા આ સંકોચાયેલા લોકોને જોઈને આપણે
હાવીર વિશે નિર્ણય બાંધીએ છીએ સ્વાભાવિક રીતે અનુયાયીઓને
જોઈને આપણે તેઓ જેમનું અનુગમન કરે છે તેમને વિશે અનુમાન
કરીએ છીએ

પરંતુ એમાં ઘણે ભાગે ભૂલ થઈ જાય છે ભૂલ એટલા માટે
થાય છે કે આપણને અનુયાયી બહારથી પકડે છે ભીતરમાં ઊતરવા
નો નથી અને બહારથી નિષેધ જ ખ્યાલમાં આવે છે મહાવીર
બુદ્ધ કે કૃષ્ણ ભીતરથી જીવતા હોય છે અને ભીતરથી છૂટવામાં
વિધેય જ હોય છે જો કોઈને પરમ આનંદ ઉપલબ્ધ થાય તો
એના જીવનમાં જેને આપણે અર્ધ કાલ સુધી સુખ કહેતા હતા તે
છૂટી જશે એટલા માટે નહિ કે એને છોડી દેવામાં આવે છે પરંતુ
એટલા માટે કે હવે એને જે મળ્યુ છે એને માટે જગ્યા કરવાની
જરૂર છે હાથમાં કાંકરા અને પથરા હતા તે પડી જશે કેમ કે
જેને હવે જીવનમાં હીરા મળી ગયા હોય તેની પાસે કાંકરા પથરા
રાખવા માટે ન તો સમય છે, ન તો શક્તિ કે ન તો કોઈ કારણ
છે પરંતુ એ હીરા તો આવશે અંતરના આકાશમાંથી તે હીરા
આપણને નહિ દેખાય પણ હાથમાં જે પથરા હતા તે પડી જશે
તે આપણને દેખાશે સ્વાભાવિક રીતે જ આપણને લાગશે કે
પથરા છોડવા — એ જ સંયમ છે

તમામ જાગૃત પુરુષોની આસપાસ એકત્ર થતી આ એક
અત્યંત અનિવાર્ય પ્રક્રિયા છે એ સ્વાભાવિક છે પરંતુ ઘણી
જોખમી છે કેમ કે ત્યારે આપણે જે કાંઈ પણ વિચારીએ છીએ
તે ખોટુ થઈ જાય છે આપણને લાગે છે કે મહાવીર જે કાંઈ

છોડી રહ્યા છે તે જ સંયમ છે. પણ આપણને એવું નથી લાગતુ કે મહાવીર જે કાંઈ પ્રાપ્ત કરી રહ્યા છે તે સંયમ છે. વળી ધ્યાન રાખજો કે પામ્યા સિવાય છોડવું અશક્ય છે. જે પામ્યા વિના છોડશે એ રુગ્ણ થઈ જશે, બીમાર થઈ જશે. એ અસ્વસ્થ થ જશે, સંકોચાઈ જશે અને અંતે મરી જશે એટલે પામ્યા સિવાય છોડવું અશક્ય છે.

(૩) વિધાયક સંયમ દ્વારા અંતર્-જગતની શ્રેષ્ઠતર વસ્તુની ઉપલબ્ધિ

જ્યારે હું કહું છુ કે ત્યાગની અત્યંત જુદી ધારણા છે અને સયમનુ સાવ જુદુ રૂપ અને પરિમાણ પ્રગટ થાય છે, ત્યારે હું એમ કહું છુ કે મહાવીર જેવા લોકો જે કાંઈ પામે છે, તે પામવું એટલુ વિરાટ છે કે એની તુલનામાં ગઈ કાલ સુધી એમના હાથમા જે હતુ તે મૂલ્યહીન અને વ્યર્થ થઈ જાય છે. વળી ધ્યાન રાખજો કે મૂલ્યહીનતા સાપેક્ષ (relative) છે, તુલનાત્મક છે

જ્યા સુધી તમને શ્રેષ્ઠ તર નથી મળ્યુ, ત્યાં સુધી તમારા હાથમાં જે છે તે જ શ્રેષ્ઠતર છે. ભલે તમે ગમે તેટલુ કહો કે એ શ્રેષ્ઠતર નથી, પરતુ તમારુ ચિત્ત કહેતુ જશે, એ જ શ્રેષ્ઠતર છે. કેમ કે એનાથી શ્રેષ્ઠતરને તમે જાણ્યું નથી. જ્યારે શ્રેષ્ઠતરનો જન્મ થાય છે, ત્યારે જ પહેલુ નિકૃષ્ટ થાય છે અને મજાની વાત તો એ છે કે નિકૃષ્ટને છોડવું નથી પડતુ અને શ્રેષ્ઠને પકડવું નથી પડતુ. શ્રેષ્ઠ આપોઆપ પકડી લેવાય છે અને નિકૃષ્ટને છોડી દેવાય છે. જ્યાં સુધી નિકૃષ્ટને આપણે પ્રયત્નપૂર્વક છોડવું પડે, ત્યા સુધી જાણવુ કે આપણને શ્રેષ્ઠની કોઈ ખબર નથી અને જ્યા સુધી શ્રેષ્ઠને આયાસ કરીને પકડવું પડે છે, ત્યા સુધી જાણવું કે હજી શ્રેષ્ઠ મળ્યું નથી. શ્રેષ્ઠનો સ્વભાવ જ એ છે કે એ પકડાઈ જાય છે, નિકૃષ્ટનો સ્વભાવ જ એ છે કે એ છૂટી જાય છે.

પરતુ નિકૃષ્ટ આપણાથી છૂટતું નથી અને શ્રેષ્ઠ આપણી

પકડમાં આવતું નથી તો આપણે નિકૃષ્ટને છોડવાનો જબરજસ્ત પ્રયત્ન કરીએ છીએ એ પ્રયત્નને જ આપણે સયમ કહીએ છીએ આપણે શ્રેષ્ટને અંધારામાં ફેંફોસવાની પકડવાની કોશિશ કરીએ છીએ આ રીતે એ આપણી પકડમા નથી આવી શકતું એટલા માટે સયમના વિધાયક પાસાને બરાબર સમજી લેવું જરૂરી છે નહિ તો સયમ વ્યક્તિને ધાર્મિક નથી બનાવતો કેવળ અધાર્મિક થતા રોકે છે અને જે અધર્મ બહાર પ્રગટ થતાં રોકાઈ જાય છે, તે ભીતરમાં ઝેર બનીને ફેલાઈ જાય છે

(૪) નિષેધાત્મક સંયમનું પરિણામ — આતર સઘર્ષ અને ખડિત વ્યક્તિત્વ

નિષેધાત્મક સયમ ફૂલોને પેદા નથી કરી શકતો ફક્ત કાંટાને પ્રગટ થતાં રોકે છે પરતુ જે કાંટા બહાર આકાશમા પ્રગટ થતાં રોકાઈ જાય છે તેઓ આત્મામા છુપાઈ જાય છે એટલા માટે જેને આપણે સયમી કહીએ છીએ એ આનદિત નથી દેખાતો એ પીડિત હોય તેવો દેખાય છે એ કોઈ પથ્થરની નીચે દબાયેલ જાણે કોઈ પહાડ જેટલા ભારને વહન કરતો હોય તેવો લાગે છે એના પગમાં નતકની સ્થિતિ નથી હોતી પણ એના પગમાં કેદીની સાંકળ બાંધેલી હોય એવુ લાગે છે એવું નથી લાગતું કે એ બાળક જેવો સરળ અને હળવો તત્પર હોય તેવો હળવો થઈ ગયો છે પણ જાણે ખૂબ ભારેખમ અને વજનદાર થઈ ગયો હોય તેવો લાગે છે

જેને આપણે સયમી કહીએ છીએ તે હસવાની શક્તિ ગુમાવી બેઠો હોય છે એની ચારે તરફ આંસુની ધારા એકઠી થઈ જાય છે અને જે સયમી પરિપૂર્ણ ચિત્તથી હસી ન શકે, તે હજી સયમી નથી. જેનું જીવન સ્મિત ન બની જાય તે હજી સયમી નથી

નિષેધનો રસ્તો એ છે કે જ્યાં જ્યાં મન જાય છે ત્યાં ત્યાં મનને જવા ન દો. જ્યાં જ્યાં મન ખેંચે છે ત્યાં ત્યાં મનને

ખેંચવા ન દો, એનાથી ઊલટું ખેંચો. તો નિષેધ એક આંતર-સંઘર્ષ (inner conflict) છે, જેમા શક્તિ વપરાય છે, પ્રાપ્ત નથી થતી. બધા સંઘર્ષોમા શક્તિ વ્યય થાય છે. જ્યા જ્યાં મન ખેંચે છે, ત્યાં ત્યાથી એને પાછુ ખેંચો, પાછુ વાળો કોણ પાછુ વાળશે, કોને પાછું વાળશે? તમે જ ખેંચો છો. તમે જ આકર્ષિત થાઓ છો અને તમે જ પાછા જાઓ છો તમે તમારી અંદર વિભાજિત થઈ જાઓ છો શત-ખંડ તૂટી જાઓ છો. જેને મનો-ચિકિત્સક 'સિઝોફ્રેનિયા' (schizophrenia) કહે છે, એ તમારી અંદર પ્રગટ થાય છે તમે ખંડિત થઈ જાઓ છો. તમે બમણા—ત્રણગણા થઈ જાઓ છો. તમારી અંદર અનેક લોકો થઈ જાય છે. તમે તમને જ વિભાજિત કરીને લડવાનુ શરૂ કરી દો છો. એમા ક્યારેય જીત નહિ થાય. જ્યારે મહાવીરનો રસ્તો જીતનો રસ્તો છે. જે પોતાની સાથે લડશે એ કદી જીતશે નહિ

(૫) મહાવીરનો સંયમ તમને ખંડિત બનાવવા માટે નહિ, પણ અખંડિત બનાવવા માટે

આ સૂત્ર ઊલટું લાગે છે. કેમ કે આપણને લાગશે કે લડ્યા વગર જીત કેવી રીતે થઈ શકે? જે પોતાની સાથે લડશે એ કદી જીતશે? કેમ કે પોતાની સાથે લડવુ એ પોતાના જ બે હાથોને લડાવવા જેવુ છે. એમા ન તો ડાબો જીતી શકે છે કે ન તો જમણો; કેમ કે બંનેની પાછળ મારી જ તાકાત છે. મારી જ શક્તિ લાગે છે. એમ ઇચ્છુ કે ડાબાને જિતાડી દઉં, ત્યારે પણ ડાબો નથી જીતતો અને એમ ઇચ્છુ કે જમણાને જિતાડી દઉ ત્યારે પણ જમણો નથી જીતતો કેમ કે બંનેની પાછળ હું જ હોઉં છું.

આ જે વ્યક્તિત્વમા ખંડન થઈ જાય છે, disintegration થઈ જાય છે, એ માણસને વિક્ષિપ્તતા તરફ લઈ જાય છે. માણસ એવો દેખાય છે કે જાણે એની અંદર એનો દુશ્મન ઊભેલો હોય.

દ્રાવ છે તો એ પોતે જ પરંતુ એણે પોતાને અડધો વહેરી નાંખેલો કે પોતાની જ છાયા સાથે લડવા જેવું એ ગાંડપણ છે પરંતુ મહાવીર એટલું ઊંડું જાણે છે કે schizophrenic ખંડિત વ્યક્તિત્વની દિશામાં તમને લઈ જાય એવી સલાહ તેઓ નથી આપી શકતા તેઓ સલાહ આપશે અખંડ વ્યક્તિત્વની તરફ—integrated એકત્રિત, અવિભાજિત તરફ લઈ જાય એવી તો સંયમનો અર્થ છે—જોડાયેલું એકત્રિત (integrated) અવિભાજિત વ્યક્તિત્વ

(૬) મહાવીરની પાપની વ્યાખ્યા : ખંડિત થવું; પુણ્યની વ્યાખ્યા : એકત્રિત થવું

એ ખૂબ મજાની વાત છે કે જો તમે અસત્ય બોલો તો તમે ક્યારેય પણ અખંડિત (integrated) નથી હોઈ શકતા જો તમે જૂઠું બોલો તો તમારા ભીતરમાં એક અંશ હંમેશા જ હાજર રહેશે જે કહેશે કે જૂઠું બોલવું, તેનું જૂઠની સાથે સંપૂર્ણ સહમાત દર્શાવવાનું અશક્ય છે જો તમે ચોરી કરો તો તમે ક્યારેય અખંડ નથી હોઈ શકતા તમારી અંદર એક અંશ તો ચોરીની સામે ઊભો જ રહેશે પણ જો તમે સત્ય બોલો તો તમે અખંડ થઈ શકો છો

જેનાથી આપણે અખંડ થઈ શકીએ છીએ, એને મહાવીરે પુણ્ય કહ્યું છે અને જેનાથી આપણે ખંડિત થઈ જઈએ છીએ તેને તેમણે પાપ કહ્યું છે એક જ ચીજ પાપ છે—માણસનું ખંડોમાં વિભાજિત થઈ જવું અને એક જ પુણ્ય છે—માણસનું જોડાઈ જવું એકત્રિત થઈ જવું—To be one whole.

(૭) મહાવીરની ઇન્દ્રિયો ઉપરની જીત : લડીને નહિ પણ અતીન્દ્રિય સ્વરૂપની શોધ દ્વારા

મહાવીર લડવાનું નથી કહેતા મહાવીર જીતવાનું જરૂર કહે છે લડવાનું નહિ કેમ કે જીતવાનો રસ્તો બીજો છે જીતવાનો

રસ્તો એ નથી કે હું પોતાની ઇન્દ્રિયો સાથે લડું; જીતવાનો રસ્તો એ છે કે હું મારા અતીન્દ્રિય સ્વરૂપની શોધમા લાગી જાઉં જીતવાનો રસ્તો એ છે કે મારી અંદર છુપાયેલા જે બીજા ખજાનો છે, એની શોધમા હું લાગી જાઉ. જેમ જેમ એ ખજાના મારી આગળ ખૂલતા જાય છે, તેમ-તેમ ગઈ કાલ સુધી જે મહત્ત્વપૂર્ણ હતુ, તે બિન-મહત્ત્વપૂર્ણ થવા લાગે છે. ગઈ કાલ સુધી જે આકર્ષતો હતો તે હવે નથી આકર્ષતો. ગઈ કાલ સુધી જે ચિત્ત બહારની દિશામા જતુ હતુ તે હવે અતરની દિશામા આવવા લાગે છે.

(૮) બધી ઇન્દ્રિયો બાહ્ય જગત સાથે જોડે છે, તેમ આંતર-જગત સાથે પણ જોડે છે

જરા ઉદાહરણ લઈને સમજીએ. એક માણસ ભોજન માટે ખૂબ આતુર છે, પરેશાન છે, એમા એને ખૂબ રસ છે. તો એ સંયમને માટે શું કરે? રસનો નિગ્રહ કરે, એ જ આપણને દેખાય છે. આજે આ રસ ન લે, કાલે પેલો રસ ન લે, પરમ દિવસે ત્રીજો રસ ન લે આ ભોજન છોડી દે, પેલુ ભોજન છોડી દે પરંતુ શુ ભોજનના પરિત્યાગથી રસનો પરિત્યાગ થઈ જશે? સંભવ તો એવો છે કે ભોજનના પરિત્યાગથી પહેલાં તો રસ વધશે. જો એ હઠ કરીને ઊભો રહે તો રસ રૂંધાઈને ઠીંગરાઈ જશે, મુક્ત નહિ થાય. પરંતુ એમ ઠીંગરાઈ ગયેલો, કુંઠિત થઈ ગયેલો રસ એના વ્યક્તિત્વને પણ ઠીંગરાવી દેશે, કુંઠિત કરી દેશે.

જે ભોજન કરવામાં પણ ભયભીત થઈ જાય છે તે અભયને શી રીતે પામશે? ના, મહાવીર આને સંયમ નથી કહેતા. મહાવીર જેને સંયમી કહે છે તેવી વ્યક્તિ રસના પાગલપણાથી મુક્ત થઈ જાય છે. મહાવીર એક બીજો ભીતરનો રસ શોધે છે કે જે ભોજનથી નથી મળતો. એક બીજો પણ રસ છે કે જે અંતર સાથે જોડાવાથી મળી જાય છે.

જો આપણે બરાબર સમજીએ તો, આપણી બહારની જેટલી

ઇંદ્રિયો છે તે બધી connecting links છે જોડનારી કડીઓ છે સ્વાદની ઇંદ્રિય ભોજન સાથે જોડી દે છે આંખની ઇંદ્રિય દૃશ્ય સાથે જોડી દે છે કાનની ઇંદ્રિય ધ્વનિ સાથે જોડી દ છે જો મહાવીરની આન્તરિક પ્રક્રિયાને સમજવી હોય તો મહાવીર એ કહે છે કે જે ઇંદ્રિય બહાર જોડી દે છે એ જ ઇંદ્રિય ભીતરના જગત સાથે પણ જોડી શકે છે બહાર ધ્વનિઓનું એક જગત છે કાન એની સાથે જોડે છે ભીતર પણ ધ્વનિઓનું એક અદ્‌ભુત જગત છે કાન એની સાથે પણ જોડી શકે છે જીભ બહારના રસ સાથે જોડે છે બહાર રસનું એક જગત છે પરંતુ આપણને ભીતરના રસની ખબર નથી એટલે એ જ મહત્ત્વનું માલૂમ પડે છે પરંતુ જીભ ભીતરના રસ સાથે પણ જોડી શકે છે

(૬) યોગી દ્વારા જીભને ઊલટી કરવાનુ પ્રતીક—રસને ભીતરની દિશામા વાળવાની પ્રક્રિયા દર્શાવતુ

પ્રતીક ક્યારેક ક્યારેક ઘણી વિક્ષિપ્તતામાં લઈ જાય છે મે સાંભળ્યુ છે અને તમે બધાએ પણ સાંભળ્યુ હશે કે સાધક યોગી પોતાની જીભને ઊલટી કરી લે છે એ કેવળ પ્રતીકાત્મક (symbolic) છે એવી રીતે કેટલાક પાગલ પણ પોતાની જીભની નીચેના ભાગને કાપીને લાંબી કરવાના પ્રયત્નમાં લાગી જાય છે સાધકનું આ કામ કેવળ પ્રતીક રૂપે છે સાધક પોતાની જીભને ઊલટી કરી લે છે એનો અર્થ એ છે કે જીભનો જે રસ બહારના પદાર્થો સાથે જોડાતો હતો તે હવે ભીતરમાં આત્મા સાથે જોડી દે છે

સાધક પોતાની આંખ ઊલટી ચડાવી લે છે એનો અર્થ એટલો જ છે કે એ જે બહાર જોતો હતો તે હવે ભીતર જોવા લાગે છે અને એક વાર જો ભીતરનો સ્વાદ આવી જાય, તો બહારના બધા સ્વાદ બેસ્વાદ થઈ જાય છે બહારના રસને બેસ્વાદ કરવા નથી પડતા કરવાથી તો એ ક્યારેય નથી થતા, કરવાથી તો એમનો સ્વાદ ઊલટો વધતો જાય છે પણ જો હઠ કરવામાં

આવે તો રસ રૂંધાઈ જાય છે, કુંઠિત થઈ જાય છે, મરી જાય છે. અને ઇન્દ્રિય બહારની બાજુએ જ પડી રહે છે. ઇન્દ્રિયોને ભીતરની તરફ વાળવી એ જ સંયમની પ્રક્રિયા છે

(૧૦) કર્ણેન્દ્રિયને ભીતરની દિશામાં વાળવાની પ્રક્રિયા

પણ ઇન્દ્રિયોને ભીતરની તરફ કેવી રીતે વાળીશું? ક્યારેક નાના એવા પ્રયોગો કરશો તો ખ્યાલમા આવવા માંડશે. ઘરમા બેઠા છો બહારના અવાજો સાભળવાનુ શરૂ કરો. ખૂબ જાગ્રત થઈને સાભળો કે કાન શું શું સાભળી રહ્યા છે બધી વસ્તુઓ પ્રતિ જાગ્રત થઈ જાઓ. રસ્તા પર ગાડીઓ ચાલી રહી છે, હોર્ન વાગી રહ્યા છે, આકાશમાથી વિમાન પસાર થઈ રહ્યું છે, લોકો વાતો કરી રહ્યા છે બાળકો રમી રહ્યા છે, રસ્તા પરથી લોકો પસાર થઈ રહ્યા છે, સરવસ જાય છે—બધા અવાજો તરફ પૂરા જાગી જાઓ. જ્યારે આ બધા અવાજોની પ્રતિ પૂરી રીતે જાગેલા હો, ત્યારે એક વાત એ પણ ખ્યાલ કરો કે કોઈ એવો પણ અવાજ છે કે જે બહારથી નથી આવી રહ્યો, પણ જે અદર જ ઉત્પન્ન થઈ રહ્યો છે? અને ત્યારે તમે એક અલગ જ પ્રકારની નિ:સ્તબ્ધતાના, નીરવતાના ધ્વનિને સાભળવા માડશો. આ બજારની ભીડમાં પણ એક અવાજ છે કે જે અંદર આખો વખત ગુંજી રહ્યો છે.

પરંતુ આપણે બહારની ભીડના અવાજમા એટલા તો સંલગ્ન છીએ કે એ અતરની નિ:સ્તબ્ધતાનો અવાજ આપણને સંભળાતો નથી બધા અવાજોને સાભળતા રહો ન લડો, ન હટો. બસ, સાંભળતા રહો ફક્ત એક શોધ ભીતર શરૂ કરો કે શું આ બધા અવાજોમા એક અવાજ એવો પણ છે કે જે બહારથી નથી આવતો, પણ ભીતરમાં જ ઉત્પન્ન થઈ રહ્યો છે? અને તમે ઘણા જ જલદી એ નિ:સ્તબ્ધતાના અવાજને, કે જેવો ક્યારેક ક્યારેક નિર્જન વનમાં સંભળાય છે, તેને ભરબજારમા, સડક પર પણ સાંભળવા શક્તિમાન બનશો. ખરું તો એ છે કે જંગલમા તમને જે

નિસ્તબ્ધતાનો ધ્વનિ સંભળાય છે તે જ ભલને ઓછો હોય છે વધારે તો એ બહારના અવાજો દબી જવાથી ભીતરના અવાજનો પ્રતિધ્વનિ હોય છે એ સાંભળી શકાય છે એને માટે જંગલમાં જવાની યે જરૂર નથી અને કાન હાથથી બંધ કરી લો બહારનો અવાજ બંધ થઈ જશે તો જેવી રીતે તમને ખોલી ગયાં હોય તેવો નિસ્તબ્ધતાનો ધ્વનિ ભીતરમાં ગુંજવા લાગશે આ ભીતરના અવાજની પહેલી પ્રતીતિ છે

જેવી આની પ્રતીતિ થતી જશે તેવા જ બહારના અવાજોમાં રસ ઓછો થવા માંડશે આ ભીતરનું સંગીત તમારા રસને પકડવાનું શરૂ કરી દેશે થોડા જ દિવસમાં ભીતરમાં આ જે અવાજ નિસ્તબ્ધતાની માફક માલૂમ પડતો હતો એ સઘન થવા લાગશે અને રૂપ લેવા લાગશે આ જ નિઃસ્તબ્ધતા ધીરે ધીરે સોઽહમ્ જેવી પ્રતીત થવા લાગશે જે દિવસે આ સોઽહમ્ જેવો લાગવા માંડશે તે દિવસે બહારનાં વાદ્યોથી પેદા કરેલું કોઈ સંગીત આનો મુકાબલો નહિ કરી શકે તે દિવસથી અંતરની વીણાનું એ સંગીત તમારી પકડમાં આવવાનું શરૂ થઈ ગયું

હવે તમારે કાનના રસને રોકવો નહિ પડે તમારે એ કહેવું નહિ પડે કે હું હવે સિતાર નહિ સાંભળું હું સિતારનો ત્યાગ કરું છું ના હવે છોડવાની કોઈ જરૂર નહિ રહે તમે અચાનક અનુભવશો કે એક વધુ વિરાટ એક વધુ બેહતર એક વધુ ગહન સંગીત ઉપલબ્ધ થઈ ગયું અને ત્યારે તમે સિતારને સાંભળતાં પણ આ સંગીતને સાંભળી શકશો ત્યારે કોઈ વિપરીત કોઈ વિરોધ કોઈ contradiction નહિ રહી જાય ત્યારે બહારનું સંગીત અંતરના સંગીતનો સીધો પ્રતિધ્વનિ રહી જશે ત્યારે દુશ્મનાવટ નહિ હું પણ સંગીતનો પ્રતિધ્વનિ રહી જશે ત્યારે તમારી અંદર અખંડ અસ્તિત્વ ઊભું થઈ જશે જે બહાર અને ભીતર વચ્ચે અંતર ન હ કરે

(૧૧) સંયમની ઉપલબ્ધિ—જ્યારે ભીતર અને બહાર બધું સમ થઈ જાય ત્યારે

જેમ જેમ આપણે ભીતર જઈએ છીએ, તેમ તેમ બહાર અને ભીતરનું અંતર ઓછું થતું જાય છે. અને એક સમય એવો આવી જાય છે જ્યારે ન તો કાંઈ બહાર કે ન તો કાંઈ ભીતર રહી જાય છે. એક જ રહી જાય છે કે જે બહાર પણ છે અને ભીતર પણ છે. જે દિવસે આ ઘડી આવે છે કે જે બહાર છે તે જ ભીતર છે અને જે ભીતર છે તે જ બહાર છે એ દિવસે તમે સંયમને, એ સમતા(equilibrium)ને ઉપલબ્ધ થઈ જાઓ છો કે જ્યાં બધું સમ થઈ જાય છે, જ્યા બધું સ્થિર થઈ જાય છે, જ્યા બધું મૌન થઈ જાય છે, જ્યા કોઈ હલનચલન નથી હોતું, જ્યાં કોઈ દોડધામ નથી હોતી, જ્યા કોઈ કંપન નથી હોતુ.

(૧૨) નેત્રેન્દ્રિયને ભીતરની દિશામાં વાળવાની પ્રક્રિયા

કોઈ પણ ઇન્દ્રિયથી શરૂ કરો અને ભીતરની તરફ આગળ વધતા જાઓ. તુરત જ એ ઇન્દ્રિય તમને ભીતર સાથે જોડવાનું કારણ બની જશે. આખથી જોવું શરૂ કરો, પછી આંખ બંધ કરી દો. બહારના દૃશ્ય જુઓ, જોતા રહો અને ધીરે ધીરે અંતરના દૃશ્ય પ્રતિ જાગ્રત થાઓ. ખૂબ જલદી તમને બહારનાં એ દૃશ્યોની વચમાં ભીતરનાં દૃશ્યોની ઝલક આવવી શરૂ થઈ જશે.

ક્યારેક ભીતરમાં એવો પ્રકાશ ભરાઈ જશે કે જે બહાર સૂર્યની પણ આપવાની શક્તિ નહિ હોય. ક્યારેક ભીતરમા એવા રંગ ફેલાઈ જશે કે જે ઇન્દ્ર-ધનુમાં પણ નથી હોતા ભીતરમાં એવાં ફૂલ ખીલી ઊઠશે કે જે પૃથ્વી પર ક્યારેય પણ ખીલ્યાં નથી. જ્યારે તમે ઓળખવા લાગશો કે આ બહારનુ ફૂલ નથી, આ બહારનો રંગ નથી, આ બહારનો પ્રકાશ નથી, ત્યારે તમે પહેલી વાર તુલના કરી શકશો કે બહાર જે પ્રકાશ છે તેને પ્રકાશ કહેવો કે ભીતરની તુલનામા એને પણ અંધકાર કહેવો બહાર જે ફૂલ ખીલે છે એને

હવે ફૂલ કહેવાં કે ભીતરની તુલનામાં ફૂલોના પ્રતિધ્વનિ કહેવા—ફીકા સ્વર ? ત્યારે પછી બહાર જે ઇન્દ્રધનુના રંગ છવાઈ જાય છે એમને રંગ કહેવાનું ઘણુ મુશ્કેલ થશે કેમ કે જ્યારે કોઈ ભીતરના રંગને જાણે છે ત્યારે રંગમાં એક જીવંત ગુણ (living quality) આવી જાય છે કે જે બહારના રંગોમાં નથી હોતો બહારના રંગોમાં કેટલીયે ચમક હોય છતાં બહારના રંગ જડ છે જ્યારે ભીતરમાં રંગ દેખાય છે ત્યારે પહેલી વાર રંગ જીવંત થઈ જાય છે

આમ તો આપણે વિચારી પણ નથી શકતા કે રંગના જીવંત હોવાનો શો અર્થ હોય છે રંગ અને જીવંત ! જ્યારે આ જાણીએ ત્યારે જ ખ્યાલમાં આવી શકે છે કે રંગ જીવિત હોઈ શકે છે રંગ પ્રાણવાન હોઈ શકે છે અને જે દિવસે ભીતરનો રંગ પ્રાણવાન થઈને દેખાવા લાગે છે તે દિવસે બહારના રંગોનું આકર્ષણ જતું રહે છે એને છોડવું નથી પડતું બસ જતું રહે છે

(૧૩) સ્પર્શેન્દ્રિયને ભીતરની દિશામાં વાળવાની પ્રક્રિયા

પ્રત્યેક ઇંદ્રિય આપણને ભીતર લઈ જવા માટેનું દ્વાર બની શકે છે ખૂબ સ્પર્શ કર્યો છે સ્પર્શનો ખૂબ અનુભવ છે તો એમાં જાઓ આંખો બંધ કરો અને સ્પર્શ પર ધ્યાન કરો સુંદર શરીરને સ્પર્શ કર્યો હશે સુંદર વસ્તુઓને સ્પર્શ કર્યો હશે, સુંદર ફૂલોને સ્પર્શ કર્યો હશે ક્યારેક સવારે ઘાસ પર પડેલા ઝાકળને સ્પર્શ કર્યો હશે ક્યારેક શિયાળાની સવારે અગ્નિની પાસે બેસીને તેની ઉષ્ણતાનો સ્પર્શ કર્યો હશે ક્યારેક ચંદ્રતારાઓની દુનિયામાં સૂર્યને એમની ચાંદનીનો સ્પર્શ આપ્યો હશે એ બધા સ્પર્શ તમારી ચારે બાજુ ભીડ થઈ જવા દો અને પછી શોધવા માંડો કે કોઈ એવો સ્પર્શ પણ છે ખરો કે જે બહારથી આવ્યો ન હોય ?

અને થોડી જ મહેનતથી થોડા જ સંકલ્પથી તમને એવા સ્પર્શની પ્રતીતિ થવા લાગશે કે જે બહારથી નથી આવ્યો જે

ચંદ્ર-તારાઓ પાસેથી નથી મળતો, જે ફૂલોથી નહિ, જે ઝાકળથી નહિ, જે સૂર્યની ગરમીથી પણ નહિ, કે સવારના શીતળ પવનના સ્પર્શથી પણ નથી આવ્યો. અને જે દિવસે તમને એ સ્પર્શનો અનુભવ થશે, તે દિવસે જ સમજજો કે તમે ભીતરનો સ્પર્શ પામી લીધો છે. એ દિવસે બહારના સ્પર્શ વ્યર્થ થઈ જશે પછી પ્રત્યેક વ્યક્તિએ એ જ ઇન્દ્રિય પકડી લેવી જોઈએ કે જે એની સૌથી વધુ તીવ્ર અને સજગ ઇન્દ્રિય હોય.

(૧૪) વિધાયક સંયમ માટે વધુ સક્રિય ઇન્દ્રિયને પકડવી ઉપયોગી

અહીં હું તમને એ કહી દઉં કે જો તમે સંયમને નિષેધાત્મક રૂપે સમજ્યા હશો, તો તમે તમારી જે ઇન્દ્રિય સૌથી વધુ તીવ્ર છે, એને દુશ્મન બનાવી લેશો પરંતુ જો તમે સંયમને વિધાયક રૂપે સમજ્યા હો તો તમારી જે ઇન્દ્રિય સૌથી વધુ સક્રિય છે, એ જ તમારી મિત્ર છે. કેમ કે તમે એના દ્વારા જ ભીતર પહોંચી શકશો.

હવે જે માણસને રંગોમાં કોઈ રસ નથી, જે હજી બહારના રંગોને પણ જાણી, માણી કે સમજી શક્યો નથી, તેને ભીતરના રંગ સુધી પહોંચવામાં ઘણી મુશ્કેલી પડશે જે માણસને સંગીતમાં કોઈ અર્થ માલૂમ નથી પડતો, ફક્ત શોરબકોર માલૂમ પડે છે, બહુ બહુ તો વ્યવસ્થિત શોરબકોર અથવા તો ઓછામાં ઓછા હેરાન કરનારા ધ્વનિઓ માલૂમ પડે છે, તે માણસને અંતરધ્વનિ તરફ જવાનું કઠણ પડશે. એને મુશ્કેલી પડશે, અડચણ થશે. તમારી જે ઇન્દ્રિય તમને સૌથી વધુ પરેશાન કરતી માલૂમ પડે છે, એ જ તમારી મિત્ર છે કેમ કે એ જ ઇન્દ્રિય સૌથી પહેલાં અંદરની બાજુ દોડી જઈ શકે છે. તો તમે તમારી સક્રિય ઇન્દ્રિયને શોધી લો.

ગુર્જિયેફની પાસે કોઈ જતું તો એ પૂછતો કે તારી સૌથી મોટી નબળાઈ કઈ છે? પહેલાં તું મને તારી સૌથી મોટી નબળાઈ

બતાવી દે તો હું એનું જ તારી સૌથી મોટી શક્તિમાં રૂપાંતર કરી દઈશ એ સાચું કહેતો હતો એ શક્તિ એ જ છે

તમારી સૌથી મોટી નબળાઈ શું છે? શું રૂપ તમને આકર્ષિત કરે છે? તો ભયભીત ન થાઓ રૂપ જ તમારું દ્વાર બની જશે શું સ્પર્શ તમને બોલાવે છે? તો ભયભીત ન થાઓ સ્પર્શ જ તમારો માર્ગ છે શું સ્વાદ તમને ખેંચે છે અને તમારાં સ્વપ્નોમાં પ્રવેશી જાય છે? તો સ્વાદને ધન્યવાદ દો એ જ તમારો સેતુ બની જશે.

(૧૫) જે ઇન્દ્રિય સૌથી વધુ બહાર લઈ જાય છે, તે જ ઇન્દ્રિય સૌથી વધુ અંદર લઈ જવાનું દ્વાર થાય છે

તમારી જે ઇન્દ્રિય સૌથી વધુ સંવેદનશીલ છે એની સાથે જો તમે લડશો તો એ કુંઠિત થઈ જશે એમ જ સમજો કે તમે તમારે હાથે જ તમારો સેતુ તોડી નાખ્યો છે જો સંયમની વિધાયક ધારણાથી ચાલશો તો તમે એ જ ઇન્દ્રિયને માર્ગ બનાવી લેશો એની ઉપર જ તમે પાછા ફરશો ધ્યાનમાં રહે જે રસ્તાથી આપણે બહાર જઈએ છીએ એ જ રસ્તાથી આપણે ભીતર આવીએ છીએ રસ્તો તો એ જ હોય છે ફક્ત દિશા બદલાઈ જાય છે ચહેરો બદલાઈ જાય છે તમે આ ભવન સુધી જે રસ્તે આવ્યા હો એ જ રસ્તે પાછા ફરશો ફક્ત દિશા બીજી થઈ જશે. અત્યાર સુધી મોં ભવનની તરફ હતું હવે તે પોતાના ઘર તરફ હશે.

પરંતુ ભૂલમાં પણ જો તમે એવું વિચાર્યું કે જે રસ્તો મને પોતાના ઘરથી આટલો દૂર લઈ આવ્યો છે એ મારો દુશ્મન છે એના પર હવે હું નહિ ચાલું તો તમે બરાબર સમજી લો કે તમે પોતાને ઘેર હવે કદી નહિ પહોંચો કોઈ રસ્તો દુશ્મન નથી બધા રસ્તા બધી દિશાઓમાં ખૂલેલા છે તો જે રસ્તાથી તમે બહારના જગતમાં સૌથી વધુ આકર્ષિત થાઓ છો અને ખેંચાઈ જાઓ છો

(એ ભલે આંખ હોય, ભલે સ્વાદ હોય, ભલે ધ્વનિ હોય—કંઈ પણ હોય), જે રસ્તે તમે સૌથી વધુ બહાર જાઓ છો આ જ રસ્તે તમે તમારાથી સૌથી વધુ દૂર ચાલ્યા ગયા છો, એ જ રસ્તો તમારા સયમની વિધાયક દિશામા સહયોગી બનશે. એનાથી તમારે પાછા ફરવાનુ છે.

એની સાથે લડવું નહિ. એની સાથે લડીને તો તમે તેને તોડી નાખશો. તોડ્યા પછી પાછા ફરવું તમારે મુશ્કેલ થઈ જશે. એ તમને ઘણું અજબ લાગશે. પરતુ હું ભારપૂર્વક કહેવા માગુ છું કે લોકો ઇન્દ્રિયોને કારણે બહાર ભૂલા નથી પડતા. માત્ર જે ઇન્દ્રિયોના રસ્તા તેઓ તોડી નાખે છે તે ઇન્દ્રિયોને કારણે બહાર ભૂલા પડે છે આપણે બધા આ રસ્તાઓને તોડીએ છીએ. મારી પાસે લોકો આવે છે અને કહે છે કે અમારી કોઈ બીજી તકલીફ નથી બસ, આ સ્વાદ અમને ખૂબ હેરાન કરે છે. કોઈ પણ રીતે સ્વાદથી છુટકારો કરી દો. એમને ખબર જ નથી કે જે એમને હેરાન કરી રહ્યો છે, એ જ એમના પાછા ફરવાનો માર્ગ છે આને હુ કહું છુ સંયમની વિધાયક દૃષ્ટિ.

(૧૬) મહાવીરના મતે આત્માની ત્રણ સ્થિતિઓ—બહિરાત્મા, અંતરાત્મા અને પરમાત્મા

આના એક બીજા પાસાને ધ્યાનમાં લેવું જોઈએ. જેટલી ઇન્દ્રિયો આપણી પાસે છે, એનુ એક તો પ્રગટ રૂપ છે—જેને આપણે બહિરિન્દ્રિય કહીએ છીએ મહાવીરે આત્માની ત્રણ સ્થિતિઓ કહી છે એકને તેઓ કહે છે બહિરાત્મા બહિરાત્મા એ આત્માને કહે છે કે જે હજુ ઇન્દ્રિયોનો બહારની બાજુએ ઉપયોગ કરી રહ્યો છે બીજાને મહાવીર અતરાત્મા કહે છે. અતરાત્મા એ આત્મા છે કે જે હવે ઇન્દ્રિયોનો અંદરની દિશામાં ઉપયોગ કરી રહ્યો છે. ત્રીજાને મહાવીર કહે છે પરમાત્મા. પરમાત્મા એ આત્મા છે કે જેનું બહાર અને અદર મટી ગયુ છે. જેનું ન તો કોઈ બહાર અને

ય વો કોઈ ભીતર છે જે ન તો બહાર જાય છે કે ન તો ભીતર જાય છે જે બહાર જાય છે તે બહિરાત્મા છે જે ભીતર જાય છે તે અંતરાત્મા છે અને જે ક્યાંય પણ નથી જતો જ્યાં છે ત્યાં સ્વભાવમાં પ્રતિષ્ઠિત છે એ પરમાત્મા છે

(૧૭) ઇન્દ્રિયો બહાર પદાર્થ સાથે જોડે છે અંદર આત્મા સાથે જોડે છે

ઇન્દ્રિયોનું એક બહિર્ રૂપ છે તેઓ આપણને પદાર્થ સાથે જોડે છે જે જગ્યાએ તેઓ આપણને પદાર્થ સાથે જોડે છે એ જગ્યાએ એમનું જે રૂપ પ્રગટ થાય છે એ અતિ સ્થૂળ છે પરંતુ એ જ ઇન્દ્રિયો આપણને આપણી સાથે પણ જોડે છે દાખલા તરીકે આ મારો હાથ છે હું મારા હાથને લાંબો કરીને તમારા હાથમાં લઉં તો મારો હાથ બે જગ્યાએ જોડી રહ્યો છે એક તો તમારા હાથ સાથે મને જોડી રહ્યો છે અને બીજું એ મારી સાથે પણ જોડાયેલો છે હાથ વચમાં એને જોડી રહ્યો છે વળી ધ્યાનમાં રહે કે જ્યાં તમારી સાથે મને જોડી રહ્યો છે ત્યાં તો ફક્ત તમારા શરીર સાથે જોડી રહ્યો છે પરંતુ જ્યાં મને જોડી રહ્યો છે ત્યાં આત્મા સાથે જોડી રહ્યો છે

ઇન્દ્રિયો જ્યારે બહાર જોડે છે ત્યારે પદાર્થ સાથે જોડે છે ભીતર સાથે જોડે છે ત્યારે ચેતના સાથે જોડે છે એટલે ઇન્દ્રિયોનું ઘણું સ્થૂળ રૂપ જ બહાર પ્રગટ થાય છે કેમ કે જે હાથ આત્મા સાથે જોડી શકે છે જેની એટલી ક્ષમતા છે એ બહાર કેવળ શરીર સાથે જોડી શકે છે બહાર એની ક્ષમતા ઘણી ક્ષીણ થઈ જાય છે

(૧૮) મનુષ્યની સંભાવના—બહિરાત્માની સ્થિતિમાંથી અંતરાત્માના માર્ગ દ્વારા પરમાત્મા સુધી પહોંચવાની

જ્યારે હું કહું છું કે મારો હાથ ઊંચો થાય તો એ ઊંચો થાય છે મારો સંકલ્પ મારા હાથને ક્યાંક ને ક્યાંક જોડી ગયો છે જો હું ઇન્કાર કરી દઉં છું મારા હાથને ઊંચો કરવા માટે, તો

હાથ ઊંચો થઈ શકતો નથી. મારો સંકલ્પ મારા હાથ સાથે ક્યાંક જોડાયેલો છે.

હવે એ ખૂબ નવાઈની વાત છે કે શરીર તો છે પદાર્થ અને સંકલ્પ છે ચેતના. તો ચેતના અને પદાર્થ કેવી રીતે અને ક્યાં જોડાતાં હશે! ઘણું અદૃશ્ય હશે એ જોડાણ. બહાર મારો હાથ ફક્ત પદાર્થ સાથે જ જોડી શકે છે. પરંતુ એટલા માટે હાથ પર નારાજ થવાની કોઈ જરૂર નથી. એ હાથ ભીતર આત્મા સાથે પણ જોડે છે. જો આ હાથમા હું મારી ચેતનાને બહારની દિશામા પ્રવાહિત કરું, તો એ બીજાના શરીર પર જઈને અટકી જાય છે. જો એ જ ચેતનાને હું મારા હાથ પર પાછી ફેરવી લઉં, ગંગોત્રીની તરફ પાછો ફરી જાઉં, મૂળ તરફ પાછો ફરી જાઉં, તો એ મારા આત્મામાં લીન થઈ જાય છે.

હાથમા વહી રહેલી શક્તિ, બહારની દિશામા બહિરાત્માનું રૂપ છે. એ જ હાથમાં વહી રહેલી શક્તિ, અંદરની દિશામાં અંતરાત્માનું રૂપ છે જ્યાં શક્તિ વહેતી જ નથી, ત્યાં પરમાત્મા છે. પરમાત્મા સુધી પહોંચવું હોય તો અંતરાત્મામાથી પસાર થવું પડશે.

બહિરાત્મા આપણી આજની સ્થિતિ છે—ચાલુ હાલત. પરમાત્મા આપણી સંભાવના છે—આપણું ભવિષ્ય, આપણી નિયતિ. અંતરાત્મા આપણો યાત્રા-પથ છે. એમાથી આપણે પસાર થવું પડશે. એમાંથી પસાર થવાનો રસ્તો એ જ છે કે જે બહાર જવાનો રસ્તો છે. આ થઈ એક વાત

(૧૯) ઇન્દ્રિયોનાં બે રૂપ—ઐન્દ્રિક અને અતીન્દ્રિય

બીજી વાત એ છે કે ઇન્દ્રિયો બહાર સ્થૂળ સાથે જોડે છે, ભીતરમા સૂક્ષ્મ સાથે એટલા માટે ઇન્દ્રિયોના બે રૂપ છે. એક તો જેને આપણે ઐન્દ્રિક શક્તિ કહીએ છીએ તે અને બીજી, જેને આપણે અતીન્દ્રિય શક્તિ કહીએ છીએ તે.

પરામનોવિજ્ઞાન (parapsychology) એનો અભ્યાસ કરે છે યોગે ઘણા સમયથી એનું અધ્યયન કર્યું છે એને યોગે સિદ્ધિઓ કહી છે વિભૂતિ કહી છે રશિયામાં આજે એને નવું નામ અપાઈ રહ્યું છે તેઓ કહે છે — મનો-ઊર્જાનું જગત મન-શક્તિનું જગત (psycho-electronics) એ જે ભીતરમાં આપણું અતીન્દ્રિય રૂપ છે તેનો અનુભવ જેમ જેમ વધતો જાય છે તેમ તેમ સંયમ વધતો જાય છે કોઈ રણ ઇન્દ્રિયને પકડીને અતીન્દ્રિય રૂપનો અનુભવ કરવો શરૂ કરશો તો ચકિત થઈ જશો

૨૭) રશિયન અંધ છોકરી દ્વારા વાંચવાની અતીન્દ્રિય શક્તિનો થયેલો વિકાસ

દસ બાર વર્ષ પહેલાં ૧૯૬૨માં રશિયામાં એક આંધળી છોકરીએ હાથથી વાંચવાનું શરૂ કર્યું નવાઈની વાત હતી ઘણાં પરીક્ષણ કરવામાં આવ્યાં પાંચ વર્ષ સુધી સતત વૈજ્ઞાનિક પરીક્ષણ કરવામાં આવ્યાં ત્યાર પછી રશિયાની જે સૌથી મોટી વૈજ્ઞાનિક સંસ્થા છે એણે પાંચ વર્ષના સતત અભ્યાસ પછી જાહેર કર્યું કે એ છોકરી સાચું કહે છે એ અભ્યાસ કરે છે અને નવાઈની વાત એ છે કે હાથ આંખથી પણ વધુ સંવેદનશીલ થઈને અભ્યાસ કરી રહ્યા છે

લખેલા કાગળ પર — બ્રેઈલમાં નહિ અંધોની ભાષામાં નહિ તમારી ભાષામાં લખેલા કાગળ પર એ હાથ ફેરવીને વાંચી શકે છે તમારા લખેલા કાગળ પર કપડું ઢાંકી દીધું હોય અને એ કપડા પર હાથ મૂકીને વાંચી શકે છે એના પર લોઢાનું પતરું ઢાંકી દેવાય તો એ પતરા પર હાથ ફેરવીને તે વાંચી શકે છે આવું તો આંખ પણ વાંચી નથી શકતી જે વૈજ્ઞાનિક પ્રયોગ કરી રહ્યા છે એ પણ નથી વાંચી શકતા કે નીચે શું છે

પરંતુ એ છોકરી પર પ્રયોગ કરનાર વૈજ્ઞાનિક વાસિલિયેવને એવો ખ્યાલ આવ્યો કે જે એક વ્યક્તિને મળે શક્ય છે એ કોઈ ને કોઈ આગે કોઈ ને કોઈ રૂપમાં બધાને માટે શક્ય

હોવુ જોઇએ એણે વિચાર્યું કે શું આપણે બીજા બાળકોને કેળવી (trained) શકીએ? અને એણે અંધોની એક શાળામા વીસ બાળકો પર પ્રયોગ શરૂ કર્યો અને એ ચકિત થઈ ગયો કે બે વર્ષના પ્રયોગ પછી વીસમાંથી સત્તર બાળકો હાથથી અધ્યયન કરવાને સમર્થ થઈ ગયા. અને ત્યારે તો વાસિલિયેફે કહ્યું કે ૯૭ ટકા માણસો હાથથી વાચી શકે એ શક્ય છે. બાકી જે ત્રણ રહ્યા તેમને માટે માનવુ જોઈએ કે હાથના હિસાબે તેઓ અંધ છે બીજું કોઈ કારણ નથી, સિવાય કે હાથના યંત્રમા ખામી હોય.

વાસિલિયેફના પ્રયોગોનુ એ પરિણામ આવ્યુ કે છાપાઓમા જેવા સમાચાર છપાયા કે કેટલાયે અંધ બાળકોએ પોતપોતાના ઘરમા પ્રયોગ કરવા માંડ્યા. અને મોસ્કો યુનિવર્સિટી પર જુદી જુદી જગ્યાએથી સેંકડો ખબરો આવવા લાગી કે અમુક બાળક વાચી શકે છે, પેલો બાળક પણ વાચી શકે છે ઘણી નવાઈની વાત છે કે હાથ કેવી રીતે વાચી શકતો હશે. હાથની પાસે તો આંખ નથી હાથ સાથે કોઈ સંબંધ જોડાતો હોય તેવુયે દેખાતુ નથી. હાથ સ્પર્શ કરી શકે છે. પરંતુ પછી ચાદર ઢાંકી દેવામા આવી એટલે તો સ્પર્શનો પ્રશ્ન પણ ન રહ્યો જેમ જેમ પ્રયોગોમા ઊંડા ઊતરતા ગયા, તેમ તેમ સ્પષ્ટ થતું ગયુ કે સવાલ હાથનો નથી, એ સવાલ અતીન્દ્રિય (parapsychic) છે.

એ છોકરીને પછી પગથી વંચાવવાની કોશિશ પણ કરાવાઈ. બે મહિનામા એ પગથી પણ વાચવા લાગી પછી એને સ્પર્શ વગર વાચવાની કોશિશ કરાવાઈ એ દીવાલની પેલી બાજુએ રાખેલા બોર્ડને પણ વાચી લેતી હતી. પછી એને માઈલો દૂર રાખેલી ચોપડી ઉઘાડીને વંચાવવામાં આવી અને એ ત્યાંથી પણ એને વાચી શકી. ત્યારે સ્પર્શ સાથે કોઈ સબંધ ન રહ્યો. વાસિલિયેફે કહ્યુ, આપણે જેટલી શક્તિઓ વિશે જાણીએ છીએ, એના કરતા જરૂર કોઈ બીજી શક્તિ કામ કરી રહી હોય છે.

(૨૧) મહાવીરની સંયમની દૃષ્ટિનો આધાર—અતીન્દ્રિય શક્તિનો વિકાસ

યોગ ખરેખર એ બીજી શક્તિની વાત કરતું રહ્યું છે મહાવીરની સંયમની જે પ્રક્રિયા છે એમાં એ બીજી શક્તિને જાગ્રત કરવી એ જ આધાર છે જેમ જેમ એ બીજી શક્તિ જાગ્રત થાય છે તેમ તેમ ઇંદ્રિયો ફીકી પડતી જાય છે બિલકુલ એવી જ રીતે ફીકી થઈ જાય છે કે જેમ તમે પુસ્તક વાંચતા હો. એક નવલકથા વાંચતા હો અને પછી તમારી સામે ટેલિવિઝન પર એ નવલકથા ભજવાતી હોય તો તમે પુસ્તક બંધ કરી દેશો અર્થાત્ પુસ્તક એકદમ ફિક્કુ થઈ ગયું વાર્તા એ જ છે પરંતુ હવે વધુ જીવંત માધ્યમ તમારી સામે છે વધુ નિરસ પુસ્તક નહિ ચાલે ખોરાક જગે ટેલિવિઝન અને સિનેમા એને પી જશે જે કાંઈ શિક્ષણ ટેલિવિઝનથી આપી શકાય છે એ પુસ્તકથી નથી આપી શકાતું કેમ કે પુસ્તક ઘણું મૃત છે ઘણું ફિક્કું થઈ જાય છે જો તમને કોઈ કહે કે આ ન સાંધ્યા પુસ્તકમાં વાંચી લો અને ફિલ્મ તો એ જ કથા ફિલ્મમાં જોઈ લો અને એમાંથી તમારે એક પસંદ કરવાનું હોય તો તમે પુસ્તકને બાજુએ મૂકી દેશો. જેમને ટેલિવિઝનની ખબર નથી તેઓ સમજશે કે તમે પુસ્તકનો ત્યાગ કર્યો છે ખરી રીતે તમે ત્યાગ નથી કર્યો તમે ફક્ત શ્રેષ્ઠતમ માધ્યમને પસંદ કરી લીધું છે

હમેશાં મનુષ્ય જે શ્રેષ્ઠતમ છે એને પસંદ કરી લે છે જો તમારી સામે તમારી ઇંદ્રિયોનું અતીન્દ્રિય રૂપ પ્રગટ થવા માંડે તો નિઃશંક તમે ઇન્દ્રિયોનો રસ છોડી દેશો અને એક નવા રસમાં પ્રવેશ કરી જશો. જેઓ હજી ઇંદ્રિયોમાં જ જીવે છે જેમની સમજની સીમા ઇન્દ્રિયોની પાર નથી, તેઓ કહેશે કે તમે મહાત્યાગી છો. પરંતુ તમે ફક્ત ભોગની વધુ સઘનતમ અને અતીન્દ્રિયોમાં આગળ વધ્યા છો. તમે એ રસને પામવા લાગ્યા કે જેની ઇન્દ્રિયોમાં

જીવવાવાળા માણસને ક્યારેય ખબર નથી પડતી. સંયમની એ વિધાયક દૃષ્ટિ અતીન્દ્રિય સંભાવનાઓને વધારવાથી પ્રાપ્ત થાય છે.

મહાવીરે અતીન્દ્રિય સંભાવનાઓને વધારવા માટે ઘણા જ ગહન પ્રયોગો કર્યા છે. મહાવીરની પૂરે-પૂરી સાધનાને આ વાતથી જ સમજવી શરૂ કરશો તો આગળ જતા ઘણુ પ્રગટ થઈ શકશે મહાવીર વર્ષો સુધી ભોજન વગર રહેતા હોય તો એનુ કારણ છે કારણ એ છે કે એમણે ભીતરમા એક ભોજન પામવાનું શરૂ કરી દીધુ છે. જો મહાવીર પથ્થર પર સૂઈ જાય છે અને એમને ગાદીની કોઈ જરૂર નથી રહેતી તો એમણે ભીતરમા એક નવા સ્પર્શના અનુભવનુ જગત શરૂ કરી દીધું છે. મહાવીર જો ગમે તેવા ભોજનનો સ્વીકાર કરી લે છે, તો અસલમાં એમની ભીતરમા એક સ્વાદ જન્મી ચૂક્યો છે.

હવે એમને માટે બહારની ચીજો એટલી મહત્ત્વની નથી. ભીતરની ચીજ જ બહારની ચીજો પર છવાઈ જાય છે, impose થઈ જાય છે, એને ઘેરી લે છે. એટલા માટે મહાવીર સંકોચાયેલા નથી માલૂમ પડતા, ફેલાયેલા માલૂમ પડે છે. એમના વ્યક્તિત્વમા ક્યાય કોઈ સંકોચ નથી માલૂમ પડતો, વિસ્તાર માલૂમ પડે છે. તેઓ આનંદિત છે. તેઓ કહેવાતા સંન્યાસીઓ જેવા દુ:ખી નથી

(૨૨) નિષેધની ધારણાને કારણે તપશ્ચર્યા દ્વારા દુર્બળ થઈ ગયેલા બુદ્ધ

બુદ્ધથી આ ન થઈ શક્યું. આનો વિચાર કરી લેવો ખૂબ જરૂરી છે. એમ કરવાથી આ વિષય સમજવો સહેલો થઈ જશે કેમ કે એમનુ વ્યક્તિત્વ (type) ભિન્ન હતુ એટલે બુદ્ધથી આ ન થઈ શક્યું. જે સાધના મહાવીરે કરી તે જ બુદ્ધે પણ શરૂ કરી. પરંતુ બુદ્ધને દરેક સાધના કર્યા પછી એવું લાગ્યુ કે આનાથી તો હું વધુ દીન-હીન થઈ રહ્યો છુ, ક્યાંય કશુ પામતો નથી. એટલા માટે છ વર્ષ પછી બુદ્ધે બધી તપશ્ચર્યા છોડી દીધી સ્વાભાવિકપણે

બુદ્ધે નિષ્કર્ષ કાઢ્યો કે તપશ્ચર્યા વ્યર્થ છે. બુદ્ધ બુદ્ધિમાન અને ઈમાનદાર હતા. જો અણસમજુ હોત તો આ નિષ્કર્ષ પણ ન લેત.

અનેક અણસમજુ લોકો જે દિશા એમને માટે નથી, જે દિશાઓમાં જવાની એમની ક્ષમતા નથી, જે દિશાનો એમના વ્યક્તિત્વ સાથે કશો મેળ નથી એ દિશામાં ચાલ્યા જાય છે અને પોતાને સમજાવે છે કે પૂર્વજન્મોના કર્મોના કારણે આવું થઈ ગયું છે, કદાચ ભૂતકાળમાં પોતે જે પાપ કર્યાં છે, એને કારણે આવું થઈ ગયું છે યા તો કદાચ પૂરો પ્રયાસ નથી કરી શકતા એટલા માટે આવું થઈ રહ્યું છે. ધ્યાનમાં રહે કે જે તમારી દિશા નથી એમાં તમે પૂરો પ્રયાસ ક્યારેય પણ નહિ કરી શકો. એટલા માટે એ ભ્રમ ચાલુ જ રહેશે કે હું પૂરો પ્રયાસ નથી કરી શકતો.

બુદ્ધે છ વર્ષ સુધી એ જ કર્યું કે જે મહાવીર કરી રહ્યા છે. પરંતુ બુદ્ધને એવું કરવાને પરિણામે જે મળ્યું તે મહાવીરને મળ્યું તે નહોતું. મહાવીર આનંદને ઉપલબ્ધ થઈ ગયા. બુદ્ધ ખૂબ પીડાને ઉપલબ્ધ થયા. મહાવીર મહાશક્તિને ઉપલબ્ધ થઈ ગયા. બુદ્ધ ફક્ત નિર્બળ બની ગયા. તેઓ ઉપવાસને કારણે એટલા કમજોર હતા કે એક દિવસ નિરંજના નદીને પાર કરતી વખતે કિનારાને પકડીને ચડવાની શક્તિ પણ રહી નહોતી. વૃક્ષના એક મૂળને પકડીને વિચારવા લાગ્યા કે જે ઉપવાસથી હું નદીને પાર કરવાની શક્તિ ખોઈ બેઠો છું તે ઉપવાસથી શું વળશે! એનાથી આ ભવસાગર કેવી રીતે પાર કરી શકીશ! આ ગાંડપણ છે. એ નહિ થાય.

તેઓ દુઃખી થઈ ગયા હતા. હાડકાં બધાં બહાર નીકળી આવ્યાં હતાં. બુદ્ધનું એ સમયનું જે પ્રસિદ્ધ ચિત્ર છે એ મુસીબતમાં પડેલા નામધારી તપસ્વીનું ચિત્ર છે. એક ઘણી જૂની તામ્રપ્રતિમા મળી છે જેમાં બુદ્ધ છ મહિના સુધી નિરાહાર રહ્યા હતા એ સમયનું ચિત્ર છે. બધાં હાડકાં પાંસળાં બહાર નીકળી આવ્યાં છે. પેટ અને પીઠ એક થઈ ગયાં છે. માત્ર આંખો જીવંત માલૂમ પડે છે. બાકી

બધું શરીર સુકાઈ ગયેલું છે. લોહીએ જાણે કે ફરવાનુ બંધ કરી દીધુ છે. ચામડી જાણે કે સંકોચાઈને ચોંટી ગઈ હોય તેવી થઈ ગઈ છે. આખુ શરીર મડદા જેવું થઈ ગયુ છે એવી જ ક્ષણમા નિરંજના નદીને પાર કરતી વખતે એમને ખ્યાલ આવ્યો કે 'ના, આ બધુ વ્યર્થ છે' અને હકીકતમા એ બધું બુદ્ધ માટે વ્યર્થ હતુ. પરંતુ એ બધાથી મહાવીર મહાશક્તિને ઉપલબ્ધ થના.

અસલમા બુદ્ધે જેમની પાસેથી એ વાત સાભળી અને શીખ્યા એ બધુ નિષેધ હતું તેઓ કહેતા અમુક-અમુક છોડો, ફલાણું-ફલાણુ છોડો અને બુદ્ધ એ બધુ છોડતા ગયા તેમણે કહ્યુ તે મુજબ તેઓ કરતા ગયા જે ગુરુએ જે બતાવ્યુ તે પ્રમાણે એમણે કર્યું. એ બધુ છોડીને એમણે જાણ્યુ કે બધું છૂટી તો ગયુ, પણ મળ્યુ કોઈ નહિ. અને હું ફક્ત દીન, હીન અને દુર્બળ થઈ ગયો

બુદ્ધને માટે એ માર્ગ નહોતો. બુદ્ધના વ્યક્તિત્વનો પ્રકાર ભિન્ન હતો, ઢાચો અલગ હતો પછી બુદ્ધે બધાનો ત્યાગ કરી દીધો. બધા ત્યાગનો ત્યાગ કરી દીધો. ભોગનો ત્યાગ કરીને જોઈ લીધુ હતુ કે એનાથી કોઈ મેળવ્યું નહિ. એટલે બધા ત્યાગનો ત્યાગ કરી દીધો અને જ્યારે ત્યાગનો પણ ત્યાગ કરી દીધો ત્યારે બુદ્ધે મેળવ્યુ

મહાવીરની પ્રક્રિયામા અને બુદ્ધની પ્રક્રિયામા ઘણું એકબીજાથી ઊલટુ છે. એટલા માટે એક જ સમયમા પેદા થયા છતા બંનેની પરંપરા ઘણી જુદી છે. બુદ્ધે પણ મેળવ્યુ બુદ્ધ પણ ત્યા પહોચ્યા કે જ્યા કોઈ પહોચે છે યા મહાવીર પહોચે છે. પરંતુ તેમણે ત્યાગથી ન મેળવ્યુ કેમ કે ત્યાગની જે ધારણા બુદ્ધના મનમા પ્રવેશી ગઈ હતી તે નિષેધની હતી ત્યા જ ભૂલ થઈ ગઈ

(૨૩) નિષેધથી આત્મ-બળ તો પ્રાપ્ત નથી થતું, પરંતુ શરીર-બળ પણ ચાલ્યું જાય છે.

પરંતુ મહાવીરની ધારણા તો વિધેયની હતી. જ્યારે પણ કોઈ ત્યાગ યા નિષેધથી ચાલશે તો ભૂલો પડશે, પરેશાન થશે અને

દુબળ થશે ક્યાંય પહોંચશે નહિ તેને આત્મજ્ઞાન તો પ્રાપ્ત નહિ થાય વધારામાં શરીર પણ જતું રહેશે. અતીન્દ્રિયનું જગત તો નહિ ખૂલે પરંતુ ઇન્દ્રિયોનું જગત સીમિત થઈને સંકોચાઈ જશે. અંતર્ધ્વનિ તો નહિ સંભળાય પણ કાન બહેરા થઈ જશે. અંતર્દૃશ્ય તો નહિ દેખાય પણ આંખ ઝાંખી થઈ જશે. અંતરસ્પર્શ તો દૂર રહ્યો ઊલટો હાથ જડ થઈ જશે અને બહારનો પણ સ્પર્શ નહિ કરી શકે.

નિષેધથી આ ભૂલ થાય છે અને પરંપરા ફક્ત નિષેધ આપી શકે છે કેમ કે આપણને પરંપરાવાળાને તો જે એમણે છોડ્યું છે એ જ દેખાય છે, એમણે જે મેળવ્યું છે, તે આપણને નથી દેખાતું. જો મહાવીરને બરાબર સમજવા હોય, એમના યોગાન્વિત સંયમને જો સમજવા હોય, એમના સ્વસ્થ વિધાયક સંયમને જો સમજવો હોય તો અતીન્દ્રિયને જગાડવાના પ્રયોગમાં પ્રવેશ કરવો પડશે.

(૧૪) પ્રત્યેક વ્યક્તિની અતીન્દ્રિય સંભાવના—તે જાણવા માટેના પ્રયોગો

પ્રત્યેક વ્યક્તિની કોઈ ને કોઈ ઇન્દ્રિય તત્કાળ અતીન્દ્રિય જગતમાં પ્રવેશ કરવાને માટે તૈયાર ઊભેલી છે. થોડા એવા પ્રયોગ કરવાની જરૂર છે અને તમને ખબર પડી જશે કે તમારી અતીન્દ્રિય ક્ષમતા શી છે. બે-ચાર પાંચ નાના પ્રયોગ કરો એટલે તમને પ્રતીતિ થવા લાગશે કે તમારી દશા શી છે, તમારું દ્વાર શું છે. એ જ દ્વારથી પછી આગળ ઊઘડી જશે.

કેવી રીતે ખબર પડે, કઈ રીતે કોઈ જાણી શકે કે એની અતીન્દ્રિય ક્ષમતા શી હોઈ શકે છે?

આપણને બધાને ઘણી વાર મોકા મળે છે પરંતુ આપણે તે ચૂકી જઈએ છીએ કેમ કે આપણે એ દિશામાં વિચારતા નથી. ક્યારેક તમે બેઠા હો અને અચાનક તમને ખ્યાલ આવે છે કે

મિત્રનો, ત્યારે તમે મો ઊંચુ કરો છો અને જુઓ છો કે એ દ્વાર ઉપર ઊભેલો છે. તમે વિચારો છો કે સંયોગ છે ત્યારે તમે મોકો ચૂકી ગયા! ક્યારેક તમે વિચારો છો કે કેટલા વાગ્યા અને ખ્યાલ આવે છે કે નવ વાગ્યા હશે અને ઘડિયાળમાં જુઓ છો તો બરાબર નવ વાગ્યા છે. તમે વિચારો છો કે સંયોગ છે. ના, તમે મોકો ચૂકી ગયા!

એ એક અતીન્દ્રિય ઝલક મળી હતી. જો એવી કોઈ ઝલક તમને મળે તો એના પ્રયોગ કરો. એને સંયોગ ન કહો. જો તમે વિચારો કે ઘડિયાળમાં નવ વાગ્યા છે અને ખરેખર જો ઘડિયાળમાં નવ વાગેલા હોય, તો પછી એના પર પ્રયોગ કરવા શરૂ કરી દો. ક્યારેય પણ ઘડિયાળમા પહેલાં ન જુઓ, પહેલાં વિચારો અને પછી ઘડિયાળ જુઓ અને થોડા જ વખતમા તમને ખબર પડશે કે એ સંયોગ નથી કેમ કે એ એટલી બધી વાર બનવા લાગશે અને એમ બનવાના પ્રસગોની સંખ્યા એટલી વધવા લાગશે કે જેથી એ સંયોગ નહિ રહી જાય.

અડધી રાત્રે ઊઠ્યા છો. પહેલા વિચારો કે કેટલા વાગ્યા. પછી જો એમ લાગે કે વિચારવામા ભૂલ થઈ શકે છે, તો થોડો વિચાર કરી લો કે કેટલા વાગ્યા છે. અને જે પહેલો ખ્યાલ આવે, એને જ ઘડિયાળ સાથે મેળવો; બીજા સાથે ન મેળવશો. બીજો ગરબડ હશે. પહેલો જે હશે તે જ ઠીક હશે. જો તમને દરવાજા ઉપર આવેલા મિત્રનો ખ્યાલ આવવો શરૂ થઈ જાય તો પછી જરા એના પર પ્રયોગ કરો જ્યારે પણ દ્વાર પર પગ-રવ સંભળાય, દરવાજાની ઘંટડી વાગે તો તરત દરવાજો ન ખોલવો. પહેલા આંખ બંધ કરો અને પહેલું જે ચિત્ર ખ્યાલમા આવે તેને ધ્યાનમા લઈ લો, પછી દરવાજો ખોલો.

થોડા જ દિવસમાં તમે અનુભવશો કે એ સંયોગ નહોતો એ તમારી ક્ષમતાની ઝલક હતી, જેને તમે સંયોગ કહીને ચૂકી રહ્યા

હતા અને એકાદ દિશામાં પણ જો તમારું અતીન્દ્રિય રૂપ ખૂલવું શરૂ થઈ જાય, તો તમારી ઇન્દ્રિયો તત્કાળ ફીકી પડવા લાગશે અને તમારે માટે સંયમનો વિધાયક માર્ગ સાફ થવા લાગશે.

આપણે જિંદગીભર કોણ જાણે કેટલાયે અવસરો ચૂકી જઈએ છીએ કોણ જાણે કેટલા! અને ચૂકી જવા માટેનો આપણો એક જ તર્ક છે કે આપણે પ્રત્યેક ચીજને સંયોગ કહીને છોડી દઈએ છીએ કે થઈ ગયું હશે સંયોગ નથી હોતા એવું નથી સંયોગ પણ હોય છે પરંતુ પરીક્ષા કર્યા વગર ન કહો કે સંયોગ છે પરીક્ષા કરી લો એવું બને કે સંયોગ ન હોય અને જો સંયોગ ન હોય તો તમારી શક્તિનો તમને ખ્યાલ આવવો શરૂ થઈ જશે જો એક વાર તમને તમારી શક્તિનું સૂત્ર ખ્યાલમાં આવી જાય તો તમે પછી એને વિકસાવી શકો છો એને કેળવી શકો છો સંયમ એનું પ્રશિક્ષણ છે

એક દિવસે તમે ઉપવાસ કર્યો અને એ દિવસે તમને ભોજનની બિલકુલ યાદ ન આવે એટલા માટે ઉપવાસ કરવાવાળા કરે છે તેમ પોતાને ભુલાવવાનો પ્રયત્ન ન કરવો એક દિવસ ઉપવાસ કર્યો તો માણસ મંદિરમાં જઈને બેસી જાય છે ભજન કીર્તનની ધૂનમાં મચ્યો રહે છે શાસ્ત્રો વાંચતો રહે છે સાધુને સાંભળતો રહે છે એ બધુ એટલા માટે છે કે ભોજનની યાદ ન આવે. અહીંયાં જ એ અવસર ચૂકી જાય છે જે દિવસે ભોજન ન કર્યું તે દિવસે પછી કાંઈ ન કરો ખાલી બેસી જાઓ સૂઈ જાઓ અને જુઓ કે જો ચોવીસ કલાકમાં તમને ભોજનની યાદ ન આવે તો ઉપવાસ તમારા માટે માર્ગ બની શકે છે તો તમે મહાવીર જેટલા લાંબા ઉપવાસોની દુનિયામાં પ્રવેશ કરી શકો છો એ તમારું દ્વાર બની શકે છે જો તમને આખો વખત ભોજનની જ યાદ આવવા લાગે, તો તમે જાણજો કે એ તમારો રસ્તો નથી તમારા માટે એ ઠીક નહિ હોય.

(૨૫) સાધક માટે જરૂરી—પોતાના વ્યક્તિત્વના રૂપને શોધવું

કોઈ પણ દિશામા—પચ્ચીસ દિશાઓ ચોવીસે કલાક ખૂલે છે. જેઓ જાણે છે તેઓ તો કહે છે કે પ્રત્યેક ક્ષણે આપણે ત્રિભેટા ઉપર હોઈએ છીએ કે જ્યાથી દિશાઓ ખૂલે છે. એટલા માટે સાધકને માટે પ્રત્યેક ક્ષણે પોતાની દિશા શોધી લેવી ઘણી જરૂરી છે, નહિ તો એ ભૂલો પડી શકે છે. એમાં બીજાનો વાંક ન કાઢવો, પોતાને જ શોધવો અને પોતાની 'ટાઈપ'ને શોધવી—પોતાના ઢાચાને, પોતાના વ્યક્તિત્વના રૂપને શોધવુ; નહિ તો ભૂલ થઈ જાય છે

મહાવીરને માનવાવાળા ઘરમા તમારો જન્મ થયો હોય તેટલા ખાતર તમે મહાવીરના માર્ગ પર જઈ શકશો, એ અનિવાર્ય નથી. કોઈ નહિ કહી શકે કે તમારા માટે મહંમદનો માર્ગ ઠીક હશે કે કૃષ્ણનો માર્ગ ઠીક નહિ હોય એ પણ જરૂરી નથી કે તમે કૃષ્ણને માનવાવાળા ઘરમા જન્મ્યા છો એટલા માટે બંસરીમાં તમને કોઈ રસ આવી જશે એ જરા પણ જરૂરી નથી. એમ બની શકે કે તમારા માટે મહાવીર સાર્થક હોય કે જેમની સાથે બંસરીને ક્યાય પણ જોડી નથી શકાતી

જો મહાવીરની પાસે વાસળીને રાખો તો કા તો મહાવીરને હટાવવા પડશે યા વાસળીને હટાવવી પડશે. એ બન્નેનો ક્યાય કોઈ મેળ જામતો નથી. કૃષ્ણના હાથમાથી વાસળીને હટાવી તો તો કૃષ્ણ ૯૦ ટકા હટી ગયા, ત્યા કાંઈ રહેશે જ નહિ કૃષ્ણના હાથમા વાસળી ન હોય, તો કૃષ્ણને ઓળખવા મુશ્કેલ છે જો એકલી વાસળી રાખેલી હોય, તો કૃષ્ણનો ખ્યાલ આવી શકે છે તો વ્યક્તિત્વની ટાઇપ છે

(૨૬) વ્યક્તિત્વના આધારે મનુષ્યનાં ચાર રૂપ

આપણે પહેલા આ દેશમા માણસને ચાર વર્ણોમા વહેચ્યો હતો એ ઘણી મજાની વાત છે કે એ ચાર વર્ણ આપણી ચાર

ટાઇપ હતી કે જે મૂળ માણસના ચાર રૂપ હોઈ શકે છે

હમણાં રશિયાના વૈજ્ઞાનિકો ફરીથી માણસને ઇલેક્ટ્રિસિટી (વિદ્યુત)ના આધાર પર ચાર વિભાગમાં વહેંચવામાં લાગેલા છે તેઓ કહે છે કે ચાર 'ટાઇપ' છે એમનો આધાર એ છે કે વ્યક્તિના શરીરનો જે વિદ્યુત પ્રવાહ છે તે એની ટાઇપને બતાવે છે શરીરનો આ જે વિદ્યુત પ્રવાહ છે, તે બધાનો અલગ અલગ છે

હું માનું છું કે મહાવીરનો વિદ્યુત પ્રવાહ ધન (positive) હતો એટલા માટે તેઓ કોઈ પણ સક્રિય સાધનામાં ઝંપલાવી શક્યા બુદ્ધનો વિદ્યુત પ્રવાહ ઋણ (negative) હતો એટલા માટે તેઓ કોઈ પણ સક્રિય સાધનાથી કાંઈ પણ મેળવી ન શક્યા એમને એક દિવસે બિલકુલ જ નિષ્ક્રિય અને શૂન્ય થઈ જવું પડ્યું ત્યાંથી જ એમની ઉપલબ્ધિનું દ્વાર ખૂલ્યું આ વ્યક્તિત્વના ભેદ છે આ સિદ્ધાંતના ભેદ નથી

અત્યાર સુધી મનુષ્યજાતિ ઘણા ઉપદ્રવમાં રહી છે કેમ કે આપણે વ્યક્તિત્વના ભેદને સિદ્ધાંતોના ભેદ માનીને નિરર્થક વિવાદોમાં પડ્યા રહ્યા છીએ પોતાના વ્યક્તિત્વને શોધી લો પોતાની વિશિષ્ટ ઇન્દ્રિય શોધી લો પોતાની ક્ષમતાનું થોડુંક આકલન કરી લો અને પછી તમારે માટે સંયમની દિશામાં ગતિ કરવાનું રોજ રોજ સહેલું થતું જશે

પરંતુ જો તમે તમારી ક્ષમતાને આંક્યા વગર જ બીજા કોઈની ક્ષમતાના અનુકરણમાં ચાલવાની કોશિશ કરશો તો રોજ રોજ મુસીબતમાં પડશો કેમ કે એ તમારો ધર્મ નથી એ તમારું દ્વાર નથી

(૧૭) ધર્મ નષ્ટ થવાનું બુનિયાદી કારણ—ધર્મને જન્મની સાથે જોડવા અંગેનું

આ જગતમાં એક મોટી દુર્ઘટનાની વાત એ છે કે આપણે ધર્મને જન્મથી નક્કી કરીએ છીએ. એથી મોટી કોઈ દુર્ઘટના

ઘટના પૃથ્વી પર નથી થઈ. કેમ કે એનાથી ફક્ત ઉપદ્રવ થાય છે બીજું કશું થતું નથી. પ્રત્યેક વ્યક્તિએ પોતાનો ધર્મ સચેત રૂપથી શોધવો જોઈએ. જીવનનું જે પરમ-લક્ષ્ય છે, એ જન્મથી નિશ્ચિત નથી થતું. એ તમારે શોધવું પડશે. એ ઘણી મુશ્કેલીથી નક્કી થાય છે. પરંતુ જે દિવસે એ નક્કી થઈ જશે, તે દિવસે તમારે માટે બધું સુલભ થઈ જશે. દુનિયામાથી ધર્મ નષ્ટ થવાનાં બુનિયાદી કારણોમાંનું એક કારણ એ છે કે આપણે ધર્મને જન્મ સાથે જોડ્યો છે; ધર્મ આપણી પોતાની ખોજ નથી.

એટલા માટે એવુ પણ થાય છે કે મહાવીરનો વિચાર એમના સમયમા જેટલા લોકોના જીવનમા ક્રાંતિ લાવી શક્યો, એટલા લોકોના જીવનમાં તે પછીના ૨૫૦૦ વર્ષોમા પણ નથી લાવી શક્યો. એવું મૂળ કારણ એટલું જ છે કે મહાવીરની પાસે એ સમયે જે લોકો આવ્યા હતા તે તેમની પસંદગી (choice) હતી, જન્મ-રૂઢિ નહોતી; એ એમનો ચુનાવ હતો. એમના વ્યક્તિત્વમાં અને મહાવીરના વ્યક્તિત્વમા કોઈ ખેંચાણ, કોઈ ચુંબકત્વ (magnetism) હતું, જેણે તેઓને આકર્ષ્યા હતા અને તેથી તેઓ એમની પાસે આવી ગયા. પરંતુ એમના સંતાનો? એમનાં સંતાનો ફક્ત જન્મને કારણે મહાવીરની પાસે આવી જાય તો તેઓ ક્યારેય એમની પાસે પહોંચવાના નથી.

એ ખાતર મહાવીર, યા બુદ્ધ, યા કૃષ્ણ, યા ક્રાઈસ્ટના જીવનની ક્ષણોમાં એમની પાસે જે લોકો આવી ગયા છે, તેમના જીવનમા આમૂલ રૂપાંતરણ થઈ ગયું છે. પછી એ ઘટના ફરી વાર નથી બનતી. દરેક પેઢી ધીરે ધીરે ઔપચારિક થતી જાય છે. ધર્મ ઔપચારિક થતો જાય છે

(૨૮) દુનિયાના ધાર્મિક થવા માટેની શરત—ધર્મની પસંદગીની સ્વતંત્રતા

આપણે આ ઘરમાં જન્મ્યા છીએ, એટલા માટે મંદિરમાં

જોઈએ છીએ. અસલ માણસ શું ઘર અને મંદિરનો કોઈ સંબંધ હોય છે? મારું વ્યક્તિત્વ શું છે, મારી દિશા કઈ છે, મારો આયામ કયો છે, કયું ચુંબક મને ખેંચી શકે છે, મારા કયા ચુંબક સાથે મારો સંબંધ જોડાઈ શકે છે — એ પ્રત્યેક વ્યક્તિએ પોતે જ શોધવું જોઈએ.

આપણે એક ધાર્મિક દુનિયા બનાવવામાં ત્યારે જ સફળ થઈ શકીશું કે જ્યારે આપણે પ્રત્યેક વ્યક્તિને પોતાનો ધર્મ પસંદ કરવાની સહજ સ્વતંત્રતા આપીશું. નહિ તો દુનિયામાં ધર્મ નહિ આવે પણ અધર્મ આવશે અને ત્યારે ધાર્મિક લોકો ઔપચારિક હશે અને અધાર્મિક લોકો વાસ્તવિક હશે.

(૨૬) પોતાની પસંદગીથી થયેલો નાસ્તિક જન્મથી ધાર્મિક વ્યક્તિ કરતાં પણ બળવાન

એ ઘણી મજાની વાત છે કે જ્યારે કોઈ માણસ નાસ્તિકતાને પસંદ કરે છે તો તે માટે તેણે જાણતાપણે (consciously) પસંદગી કરવી પડે છે. એ જ્યારે કહે છે કે ઈશ્વર નથી તો તે એની વરણી છે. પણ જે માણસ કહે છે કે ઈશ્વર છે એ એના બાપદાદાઓની વરણી છે. એટલા માટે નાસ્તિકના સામે હંમેશા આસ્તિક હારી જાય છે. એનું કારણ છે કેમ કે તમારી તો એ પસંદગી જ નથી. તમે જન્મને કારણે આસ્તિક છો. જ્યારે પેલો માણસ પોતાની પસંદગીથી નાસ્તિક છે. એની નાસ્તિકતામાં એક બળ છે, એક તેજ છે, એક ગતિ છે, એક પ્રાણનો સ્પષ્ટ ભાવ છે. તમારી આસ્તિકતા કેવળ ઔપચારિક (formal) છે. હાથમાં એક કાગળનો ટુકડો છે કે જેના પર લખ્યું છે કે તમે કયા ઘરમાં પેદા થયા છો. અને એ જ તમારી પસંદગી થઈ જાય છે. આ રીતે આસ્તિક નાસ્તિકથી હારી જાય છે. પરંતુ આ થોડા દિવસો સુધી નહિ ચાલી શકે. હવે નાસ્તિકતા પણ ધર્મ બની ગઈ છે.

૧૯૧૭ની રશિયન ક્રાંતિ પછી નાસ્તિકતા પણ ધર્મ છે. એટલા માટે રશિયામા નાસ્તિક બિલકુલ કમજોર છે. રશિયામાં નાસ્તિક જન્મને કારણે નાસ્તિક છે, એનો બાપ નાસ્તિક હતો, માટે તેઓ નાસ્તિક છે. એટલે નાસ્તિકતા પણ નિર્બળ અને નપુંસક બની ગઈ છે. એમાં પણ બળ નથી રહ્યું.

બળ તો હોય છે પોતાની પસંદગીમા. હુ જો મરવાને માટે પણ ખાડામાં કૂદવા જાઉ અને એ મારી પોતાની પસંદગી હોય, તો મારા મૃત્યુમાં પણ જીવનની આભા હશે. પણ જો મને ધક્કાને કારણે, ઔપચારિક રીતે સ્વર્ગ પણ મળી જાય તો સ્વર્ગની ગલીઓમાં પણ હું ઉદાસ થઈને ફરવા લાગીશ તે મારે માટે નરક બની જશે. એની સાથે મારા આત્માનો કોઈ મેળ મળશે નહિ.

સયમને પસંદ કરો, પોતાને શોધો. સિદ્ધાંતનો બહુ આગ્રહ ન રાખો, પણ પોતાને શોધો, પોતાની ઇન્દ્રિયોને શોધો, પોતાના વહેણને જુઓ કે મારી ઊર્જા કઈ બાજુ વહે છે. એની સાથે લડો નહિ. એ જ તમારો માર્ગ બનશે. એનાથી જ પાછા ફરો અને વિધાયક રીતે થોડો થોડો અતીન્દ્રિય રૂપનો અનુભવ લેવાનુ શરૂ કરો. પ્રત્યેક વ્યક્તિની પાસે અતીન્દ્રિય ક્ષમતા છે. એને ખબર હોય કે ન હોય પ્રત્યેક વ્યક્તિ ચમત્કારિક રીતે અતીન્દ્રિય પ્રતિભાથી ભરેલી હોય છે. જરાક ક્યાક દ્વાર ખખડાવવાની જરૂર છે અને ખજાના ખૂલવા શરૂ થઈ જાય છે. અને આમ થતાની સાથે જ ઇન્દ્રિયોનુ જગત ફીકું થઈ જાય છે.

(૩૦) મનુષ્યની જડતા—એકની એક ભૂલ વારંવાર કરવા અંગેની

એ ત્રણ વાતો સયમના સબધમા બીજી સમજીએ. તે પછી આપણે તપની વાત કરીશુ. માણસ ભૂલો પણ નવી નવી નથી કરતો, જૂની જ કરે છે. જડતાનું આનાથી મોટુ બીજુ કયુ પ્રમાણુ હશે? જો તમે તમારી જિંદગીમા પાછા ફરીને જોશો તો એક

ડઝનથી વધુ ભૂલો તમે ગણાવી નહિ શકો. હા એકની એક ભૂલ ઘણી વાર કરી હશે.

એવું લાગે છે કે અનુભવથી આપણે કોઈ શીખતા જ નથી અને જે અનુભવથી નથી શીખતો તે સંયમમાં નથી જઈ શકતો. સંયમમાં જવાનો અર્થ જ એ છે કે અનુભવે જાણ્યું કે અસંયમ ખોટો હતો, અસંયમ દુઃખ હતું. અસંયમ કષ્ટ પીડા હતી અને નર્ક હતું. પરંતુ આપણે તો અનુભવથી નથી શીખતા. હું તમને મુલ્લાની વાત કરું.

મુલ્લાં સાઠ વર્ષનો થઈ ગયો છે. એક સાંજે કૉફી હાઉસમાં મિત્રોની સાથે ગપ્પાં મારતો બેઠો છે. જાતજાતની વાતો ચાલે છે. એવામાં વાતે વળાંક લીધો અને એક વૃદ્ધ મિત્રે પૂછ્યું (બધા ઘરડા છે. નસરુદ્દીન સાઠ વર્ષનો છે. એના મિત્રો પણ ઘરડા છે) કે નસરુદ્દીન, તમારા જીવનમાં કોઈ એવો પ્રસંગ આવ્યો છે? તમને ખ્યાલ આવે છે કે જ્યારે તમે કફોડી સ્થિતિમાં મુકાઈ ગયા હો, ખૂબ awkward momentsમાં?

નસરુદ્દીને કહ્યું, બધાના જીવનમાં આવી ક્ષણો આવે છે. પરંતુ પહેલાં તમારા જીવનની વાતો કરો. પછી હું મારી વાત કહીશ.

બધા ઘરડાઓએ પોતપોતાના જીવનમાં તેઓ જેવી મોટી મુશ્કેલીમાં મુકાઈ ગયા હતા કે જ્યાંથી નીકળવાનો કોઈ રસ્તો રહ્યો નહોતો એવા પ્રસંગોની વાત કરી. ક્યારેક કોઈએ ચોરી કરી અને મુદ્દામાલ સાથે પકડાઈ ગયો. ક્યારેક કોઈ જૂઠું બોલ્યા અને જણાયું. એની નગ્નતા પ્રગટ થઈ ગયું.

નસરુદ્દીને કહ્યું કે મને યાદ છે. ઘરની નોકરાણી સ્નાન કરવા બેઠી હતી અને હું તાળાના કાણામાંથી એને જોતો હતો. મારી માએ મને પકડી પાડ્યો. એ વખતે મારી ઘણી કફોડી હાલત થઈ ગઈ હતી.

બાકીના બુઢ્ઢાઓ હસ્યા, આંખ મીચકાવી એમણે કહ્યું, એમાં મૂંઝાઓ નહિ. બધાની જિંદગીમા બાળપણમાં આવા પ્રસંગ બને છે

નસરુદ્દીને કહ્યું, શું કહો છો ! આ તો ગઈ કાલની જ વાત છે ! What are you saying ! This is about yesterday ! બાળપણની વાત નથી, આ તો કાલની જ વાત છે

બાળપણ કરતા ઘડપણમા ચાલાકી ભલે વધી જતી હોય, ભૂલો બદલાતી નથી. હા, ઘરડા જરા હોશિયાર થઈ જાય છે, જલ્દી પકડાતા નથી, એ જુદી વાત છે. બાળક ઓછો હોશિયાર હોય છે, એટલે તરત પકડાઈ જાય છે. હજુ એની પાસે ચાલાકીના બહુ રસ્તા નથી આ તો એમ પણ હોઈ શકે છે કે બાળકને પકડવાવાળા લોકો છે, ઘરડાને પકડવાવાળા લોકો નથી. બાકી અનુભવમા કોઈ તફાવત પડતો હોય એવુ નથી દેખાતુ.

(૩૧) મુલ્લાંની બોધકથા — પાપ કર્યા વગર મનુષ્ય જીવી કેમ શકે?

નસરુદ્દીન ગુજરી ગયો. સ્વર્ગના દ્વાર પર પહોચ્યો છે. સો વર્ષ ઉપરનો થઈને મર્યો છે ઘણું જીવ્યો છે. કથા એવી છે કે સ્વર્ગના દરવાજા પર પહેરો ભરતા સેન્ટ પીટરે તેને પૂછ્યુ, 'ઘણા દિવસો રહ્યા, લાખો સમય રહ્યા. પૃથ્વી પર કેવા કેવા પાપ કર્યા છે ?'

નસરુદ્દીને કહ્યુ, 'પાપ કર્યા જ નથી.'

સેન્ટ પીટર સમજ્યો કે કદાચ પાપ શબ્દ ઘણો પારિભાષિક છે, એટલે આ બુઢ્ઢો સમજતો નહિ હોય એટલે એણે સ્પષ્ટ ભાષામાં પૂછ્યુ, ક્યારેય ચોરી કરી હતી ?

નસરુદ્દીને કહ્યુ, 'ના'

'ક્યારેય જૂઠું બોલ્યા છો ?'

નસરુદ્દીને કહ્યું, 'ના.'

'ક્યારેય શરાબ પીધો હતો ?'

નસરુદ્દીને કહ્યું, 'ના.'

'ક્યારેય સ્ત્રીઓની પાછળ પાગલ થઈને ભટકયા છો ?'

નસરુદ્દીને કહ્યુ, ના

સેન્ટ પીટર ખૂબ ચોંક્યા એમણે પૂછ્યુ Then what have you been doing there for so long time? તો આટલા બધા—સો વર્ષ જેટલા—લાંબા સમય સુધી ત્યાં શુ કરતા હતા? કેવી રીતે આટ આટલા દિવસો કાઢ્યા?

નસરુદ્દીને કહ્યુ હવે તમે મન પકડ્યો આ તો મુશ્કેલ સવાલ છે પરતુ આનો જવાબ હુ તમને સામો એક સવાલ પૂછીને આપવા માગુ છુ What have you been doing here? તમે અહીં શુ કરો છો? અમે તો ત્યાં સો વર્ષ રહ્યા. પરતુ તમે તો અહીં અનંત કાળથી છો એમ અમે સાંભળ્યુ છે

પાપ ન હોય તો માણસને લાગતુ જ નથી જીવીએ કેવી રીતે! અસંયમ ન હોય તો માણસને લાગતુ જ નથી કે જીવીએ કેવી રીતે! જો સયમ હોય તો પછી જીવીશુ કઈ રીતે એ જ આપણને સમજાતુ નથી ન સ્વાદમાં કોઈ રસ રહી જશે ન સંગીતમાં કોઈ રસ રહી જશે ન કોઈ રૂપ આકર્ષિત કરશે ન કોઈ ભોજન પોકારશે ન કોઈ વસ્ત્ર બોલાવશે ન કોઈ મહત્ત્વાકાંક્ષા રહી જશે તો પછી આપણે જીવીશુ કેવી રીતે!

મારી પાસે લોકો આવે છે અને કહે છે કે જો મહત્ત્વાકાંક્ષા ન રહી જો મોટુ મકાન બનાવવાની કલ્પના જતી રહી જો વધુ સુંદર થવાનો પ્રયાસ જ ચાલ્યો ગયો તો પછી જીવીશુ કેવી રીતે! જો વધુ ધન મેળવવાનો વિચાર ન રહ્યો તો આપણે જીવીશુ કેવી રીતે! આપણને એમ જ લાગે છે કે પાપ જ જીવનની રીત છે અસંયમ જ જીવનની પદ્ધતિ છે

(૩૧) ઇન્દ્રિયોની એક અવસ્થા—એક ઇન્દ્રિયનો અતીન્દ્રિય અનુભવ થતા બીજી ઇન્દ્રિયોના પણ અતીન્દ્રિય અનુભવોની

એટલા માટે આપણે સાંભળીએ છીએ અને આપણને લાગે છે કે સંયમની વાત સારી છે પરંતુ આપણને એ સ્પર્શતી નથી. આપણા

અનુભવ સાથે એનો કોઈ મેળ નથી ખાતો. અને આપણો એ સવાલ પણ સાચો છે. કેમ કે જ્યારે પણ આપણને સંયમનો ખ્યાલ આવે છે, ત્યારે નિષેધ કરવાનો વિચાર આવે છે—આ છોડો, આ છોડો, આ છોડો. તો આ જે આપણું જીવન છે, એ શું બધુ છોડી દેવા માટે છે? તો પછી જીવન કયાં છે?

આ નિષેધાત્મક થવાને કારણે તો આપણી બધી તકલીફ છે. હું નથી કહેતો કે આ છોડો, આ છોડો. હુ કહુ છુ કે આ પણ પામી શકાય છે, આ પણ પામી શકાય છે. આને મેળવો હા, આને મેળવવામા જરૂર કાઈક છૂટી જશે. પરંતુ ત્યારે ભીતરમા ખાલી જગ્યા નહિ પડે, ત્યારે ભીતરમા એક નવો ભરાવો (fulfilment) હશે.

આપણી બધી ઇન્દ્રિયો એક વ્યવસ્થા(pattern)મા જીવે છે. જો તમને અતીન્દ્રિય દશ્ય દેખાવા શરૂ થઈ જાય, તો એવુ નથી કે ફક્ત આખથી છુટકારો મળી જશે. ના, જે દિવસે આખથી છુટકારો મળી જાય છે, તે દિવસે અચાનક કાનથી પણ છુટકારો મળવો શરૂ થઈ જાય છે. કેમ કે અનુભવનુ એક નવુ રૂપ જ્યારે તમારા ખ્યાલમા આવે છે કે આખના જગતમા જો અતર્દશ્ય છે, તો પછી કાનના જગતમા પણ અતર્-ધ્વનિ હશે, અતર્નાદ હશે. પછી સ્પર્શના જગતમા પણ અતર્-સ્પર્શનુ જગત હશે. પછી સભોગના જગતમા પણ ભીતરની સમાધિ હશે. એ તત્કાળ ખ્યાલમા આવવા લાગે છે. જ્યારે કોઈ એક જગ્યાએથી અસયમનો ઢાચો તૂટી જાય તો બધી જગ્યાએથી દીવાલ હટવી શરૂ થઈ જાય છે. પ્રત્યેક ચીજ એક ઢાચામા ઊભેલી છે. એક ઈંટ ખેચી લો અને બધુ પડી જાય છે.

(૭૩) બોધકથા—મુલ્લાંના ઘરની વ્યક્તિઓના એક સરખા ઢાંચાની

વસ્તીગણતરી ચાલતી હતી મુલ્લા નસરુદ્દીનને ઘેર અધિકારી આવ્યો છે. એને ઘરની વિગત પૂછે છે. મુલ્લા એકલો ઉદાસ બેઠો

એ અધિકારીએ કહ્યું 'તમારા કુટુંબની વિગત આપો, હું વસ્તી ગણતરી માટે આવ્યો છું.'

નસરુદ્દીને કહ્યું 'મારા પિતા જેલખાનામાં છે. એ કયા અપરાધ એ તેની તો વાત જ ન પૂછશો, કેમ કે ઘણી લાંબી સમસ્યા છે. મારી પત્ની કોઈની સાથે ભાગી ગઈ છે. કોની સાથે ભાગી ગઈ છે એનું અનુમાન કરવું નકામું છે કેમ કે ગમે તેની સાથે ભાગી શકતી હતી. મારી મોટી છોકરી પાગલખાનામાં છે. એ મગજનો ઇલાજ ચાલે છે. એ ન પૂછો કે કઈ બીમારી છે, એ પૂછો કે કઈ બીમારી નથી?'

પેલા અધિકારી જરા બેચેન થવા લાગ્યા. ઘણી મુશ્કેલીનો સામનો એ અહીંથી કેવી રીતે ભાગવું? કેવી રીતે આના પ્રત્યે સહાનુભૂતિ બતાવવી અને નીકળી જવું? ત્યારે નસરુદ્દીને કહ્યું 'મારો નાનો છોકરો બનારસ હિંદુ વિશ્વવિદ્યાલયમાં છે.'

અધિકારીને ઘણી પ્રસન્નતા થઈ. એમણે કહ્યું 'ઘણું સરસ. પ્રતિભાશાળી લાગે છે. શું ભણે છે?'

નસરુદ્દીને કહ્યું 'ખોટું ન સમજશો. ભલા અમારા ઘરમાં તે કોઈ ભણતું હશે! અમારા ઘરમાં કોઈ પ્રતિભાશાળી પેદા થાય ખરું? ન તો કોઈ પ્રતિભાશાળી છે ન તો કોઈ અભ્યાસ કરે છે. બનારસ વિશ્વવિદ્યાલયના લોકો એનું અધ્યયન કરી રહ્યા છે! Ther are studying him.'

નસરુદ્દીને કહ્યું, 'અમારા ઘરની બાબત કાંઈ તો સમજો. એમાં જે છે તે બધાં એક ઢાંચામાં છે. હવે બાકી રહી મારી વાત. એ તો તમે ન પૂછો તો જ સારું.'

પરંતુ એ એની વાત કહેતા હતો. એટલામાં તો પેલો અધિકારી ત્યાંથી છૂ થઈ ગયો હતો.

(૩૪) મનોવિજ્ઞાન કહે છે—એક પાગલને સુધારવા માટે પૂરા સમૂહની ચિકિત્સા જરૂરી, ધર્મ કહે છે—એક વ્યક્તિના સુધરતાં પૂરો સમૂહ સુધારવા લાગે છે

એક પ્રકારની વ્યવસ્થામા ચીજોનું અસ્તિત્વ હોય છે હમણાં મનોવૈજ્ઞાનિક કહે છે કે જો તમારા ઘરમા એક માણસ પાગલ થાય છે, તો કોઈ ને કોઈ રૂપમાં તમારા આખા પરિવારમા પાગલપણાનો ઢાચો હશે, એટલા માટે નવુ મનોવિજ્ઞાન કહે છે કે પાગલના પરિવારની ચિકિત્સા ન કરાય, ત્યા સુધી તેની ચિકિત્સા નથી કરી શકાતી. પરિવારની ચિકિત્સા, family therapy, હવે નવી વિકસવા લાગી છે.

જેઓ વધુ વિચારે છે, તેઓ કહે છે કે પરિવારથી પણ શો ફરક પડશે? કેમ કે પરિવાર બીજા પરિવારોના ઢાચામા જીવે છે. તો જ્યા સુધી આખા સમાજ(society)ની ચિકિત્સા ન થાય, ત્યા સુધી એક પાગલને સુધારવો મુશ્કેલ છે. આ રીતે તેઓ સમૂહ-ચિકિત્સા(group therapy)ની વાત કરે છે. તેઓ કહે છે કે એ જે આખો સમૂહ છે એ સમૂહના ઢાચામા એક માણસ પાગલ હોય છે. કેમ કે બધી ચીજો પરસ્પર સંકળાયેલી છે.

પરંતુ એક વાત તેમના ખ્યાલમા નથી—જે હુ કહેવા માગુ છું. ક્યારેક ખ્યાલમાં આવે એમ બને, પરંતુ એને સો વર્ષ પણ લાગી જાય. એ વાત જરૂર સાચી છે કે જો એક ઘરમા એક માણસ પાગલ છે, તો કોઈ ને કોઈ સ્વરૂપમા એના પાગલપણામા આખા ઘરના લોકોનો ફાળો (contribution) છે. એ બધાએ કાઈ ને કાંઈ સહયોગ આપ્યો છે, નહિ તો એ કેવી રીતે પાગલ થાત? અને એ પણ સાચુ છે કે જ્યા સુધી એ ઘરના બધા લોકો બરાબર ન થઈ જાય, ત્યાં સુધી એ માણસ સુધરી નથી શકતો. એ પણ સાચું છે કે એક પરિવાર એક મોટા સમૂહનો ભાગ છે. અને આખો સમૂહ એ પરિવારને પાગલ કરવામા કાઈક ને કાંઈક ફાળો આપે છે.

પરંતુ એનાથી ઊલટી વાત પણ સાચી છે કે જો ઘરમાં એક માણસ પણ સ્વસ્થ થઈ જાય તો આખા ઘરના પાગલપણાનો ઢાંચો તૂટવા માંડે છે એ વાત અત્યારે એમના ખ્યાલમાં નથી. એ વાત એમના ખ્યાલમાં ક્યારેક ને ક્યારેક તો આવશે પરંતુ આગતના ખ્યાલમાં આ વાત ઘણી જૂની છે કે જો એક માણસ ઠીક થઈ જાય તો આખા સમૂહનો ઢાંચો તૂટવો શરૂ થઈ જાય છે

(૨૫) એક ઇન્દ્રિય સંયમ તરફ જાય તો બધી ઇન્દ્રિયો સંયમને ઉપલબ્ધ થઈ શકે

આને આપણે એવી રીતે સમજીએ કે જો તમારી અંદર એક ઇન્દ્રિયમાં યોગ્ય દિશા શરૂ થઈ જાય તો તમારી બધી ઇન્દ્રિયોનો જૂનો ઢાંચો તૂટવાનું શરૂ થઈ જાય છે. તમારી એક વૃત્તિ સંયમ તરફ જવા લાગે તો તમારી બાકીની વૃત્તિઓ અસંયમ તરફ જવાને અસમર્થ થઈ જાય છે, એને મુશ્કેલ પડી જાય છે જરાક [illegible] ઉદયમાત્રનો ફરક અને પૂરેપૂરું રૂપ બદલાવું શરૂ થઈ જાય જે સંયમનું માત્ર એક બિંદુ તમારી અંદર પ્રગટ થવા લાગે તો તમારા અસંયમનું અંધારું દૂર થવા લાગશે અને ધ્યાન રહે — શ્રેષ્ઠતર હંમેશાં શક્તિશાળી છે

તો હું માનું છું કે જો એક ઘરમાં એક વ્યક્તિ ઠીક થઈ જાય તો એ આખા ઘરને ઠીક કરી શકે છે કેમ કે શ્રેષ્ઠતર શક્તિશાળી છે જો એક માણસ એક સમૂહમાં સુધરી જાય તો આખા સમૂહના સુધરી જવાનું સંચારણ એની આસપાસથી થવા લાગે છે કેમ કે એ શ્રેષ્ઠ શક્તિશાળી છે

જો તમારી ભીતર એક વિચાર પણ બરોબર થઈ જાય એક વૃત્તિ પણ વ્યવસ્થિત થઈ જાય તો તમારી બધી વૃત્તિઓનો ઢાંચો તૂટવા અને બદલાવા લાગે છે વીખરાવા લાગે છે પછી તમે જે હતા એ જ નથી રહી શકતા. એટલા માટે પૂરા સંયમ માટેના પ્રયત્નમાં પહેલેથી ન પડવું પૂરો સંયમ શક્ય નથી. અત્યારે તો

શક્ય નથી. આ સમયે શક્ય નથી પરંતુ કોઈ એક વૃત્તિને તો તમે આ સમયે અને અત્યારે રૂપાંતરિત કરી શકો છો અને ધ્યાન રાખજો કે એ એકનુ બદલાવું એ તમારી બીજી ઇંદ્રિયોને બદલાવાને માટે દિશા રૂપ બની જશે

તમારા જીવનમાં પ્રકાશનુ એક કિરણુ ઊતરી આવે, તો અંધારુ ચાહે તેટલુ જૂનુ હોય, ભયનુ કોઈ કારણુ નથી. પ્રકાશનુ એક કિરણુ અનતગણા અધારા કરતા વધુ શક્તિશાળી હોઈ શકે છે સંયમનુ એક નાનુ એવું સૂત્ર, અસંયમની જિંદગીઓને, અનંત જિંદગીઓને માટીમા મેળવી દે છે. પરંતુ જો એક સૂત્ર શરૂ કરવુ હોય તો વિધાયક દૃષ્ટિ ગખવાની છે.

શરૂઆત કરવાની હોય તો સૌથી શક્તિશાળી ઇન્દ્રિયથી કામ શરૂ કરવુ. જો શરૂ કરવુ હોય તો માર્ગથી ફટાશો નહિ. જે માર્ગેથી આપણે બહાર ગયા છીએ તેજ માર્ગે પાછું કરવાનુ છે. શરૂ જો કરવુ હોય, તો અધાનુકરણુ ન કરવું કે કયા ઘરમા જન્મ્યા છીએ. પોતાના વ્યક્તિત્વની સમજને ધ્યાનમા લેવી અને પછી જ્યા પણ માર્ગ મળે, ત્યાં ચાલ્યા જવુ

(૩૬) ધર્મનું પાગલપણું—સાધનના અતિઆગ્રહને કારણે

મહાવીર જ્યાં પહોંચે છે, ત્યા જ મહંમદ પહોચી જાય છે જ્યાં બુદ્ધ પહોચે છે, ત્યા જ કૃષ્ણ પહોચી જાય છે જયા લાઓત્ઝે પહોંચે છે, ત્યાં જ ક્રાઇસ્ટ પણ પહોચી જાય છે.

ન માલૂમ તમને કઈ જગ્યાએથી દ્વાર મળી જશે તમે પહોંચવાની ચિંતા રાખજો, હું તો અમુક જ દરવાજેથી પ્રવેશ કરીશ એવી હઠ ન લેશો એ દરવાજો તમારા માટે દીવાલ બની રહે એમ પણ બનવાનો સભવ છે. પરંતુ આપણે બધા એ હઠમા જ રહીએ છીએ કે અમે તો જિનેન્દ્રને માનવાવાળા છીએ, અમો જઈશું તો જિનેન્દ્રને માર્ગે જઈશું, યા તો અમે વિષ્ણુને માનવાવાળા છીએ, અમે તો રામને માનવાવાળા છીએ, તો અમે રામના માર્ગે જઈશુ.

તમે કોને માનવાવાળા છો એ તો જે દિવસે તમે પહોંચશો તે દિવસે ખબર પડશે એ પહેલા એની સાચી ખબર નહિ પડે તમે કયા દ્વારથી નીકળશો એ તો એ દિવસે સિદ્ધ થશે કે જે દિવસ તમે નીકળી ચૂકયા હશો એની પહેલાં સિદ્ધ નહિ થાય પરંતુ તમે પહેલેથી એ નક્કી કરીને બેઠા છો કે હું તો આ દ્વારથી જ નીકળીશ તમે એવી હઠ પકડી છે કે આ જ સીડીથી ચઢીશ ચઢવા સાથે કોઈ મતલબ નથી નહિ ચઢું તો પણ ચાલશે પરંતુ સીડી આ જ હોવી જોઈએ આ પાગલપણું છે અને આનાથી આખી દુનિયા પાગલ થઈ છે

ધર્મના નામ પર જે પાગલપણું ઊભું થયું છે તે એટલા માટે નથી કે તમને મંજિલનું લક્ષ્યનું કોઈ ધ્યાન નથી ધ્યાન તો છે પરંતુ સાધનનો અતિ આગ્રહ છે આના પર થોડા ઢીલા થશો મુક્ત થશો તો તમે ઘણી જલદીથી સંયમની વિધાયક દૃષ્ટિને ન તો કેવળ સમજવા પરંતુ જીવવામાં પણ સમર્થ થઈ શકો છો

તપ દ્વારા પ્રાણ-શક્તિનું ઊર્ધ્વગમન

પ્રવચનના મુખ્ય મુદ્દાઓ

(૧) તપની ખોટી વ્યાખ્યાઓને કારણે પહોંચેલુ નુકસાન
(૨) ભોગી ચિત્ત દ્વારા તપની ભૂલભરેલી વ્યાખ્યા: દુ ખની આકાંક્ષાથી સુખપ્રાપ્તિ
(૩) જ્યારે પાવલોવ શરાબીની શરાબની ટેવ છોડાવવામા નિષ્ફળ જાય છે.
(૪) દુ.ખ+ઇચ્છા એટલે તપ એવુ જે સમજે છે તે બરાબર નથી.
(૫) પોતાને ચાબુક મારીને કામવાસનાનુ દમન કરવા નીકળેલા લોકોનો ઊલટો અનુભવ
(૬) તપસ્વીઓનુ દુ:ખમા પણ આનંદ માનવાનુ રહસ્ય. દુ ખનું સુખ સાથે જોડાઈ જવુ
(૭) શરીર દ્વારા અપેક્ષિત સુખ ન મળતા શરીરને સતાવવામાં લાગેલા કહેવાતા તપસ્વીઓ
(૮) ભોગી અને તપસ્વી—બને શરીર-કેન્દ્રિત
(૯) પોતાને સતાવી રહેલા તપસ્વીને બીજાને સતાવવામાં આવતો રસ
(૧૦) તપસ્વી દ્વારા પોતાને માટે સ્વર્ગની અને ભોગી માટે નરકની કલ્પના
(૧૧) તપસ્વીને ભ્રષ્ટ કરલા આવતી અપ્સરાઓ—એના જ દમિત ચિત્તની પેદાશ
(૧૨) દમન એટલે દબાવવું નહિ: દમન એટલે શાત થઈ જવું
(૧૩) ફ્રોઈડની શોધ—પ્રેમ અને ઝઘડો, કામ અને યુદ્ધ એક જ ચીજના બે રૂપ
(૧૪) જીવનનું દરેક રૂપ વિપરીત સાથે જોડાયેલુ
(૧૫) વિકૃતિ–પ્રકૃતિ–સંસ્કૃતિ
(૧૬) મનુષ્ય પ્રકૃતિથી નીચે પડતાં—વિકૃત થતા, પશુથી પણ બદતર હાલતમા જાય છે

(૧૭) મનુષ્ય પ્રકૃતિથી ઉપર ઊઠે છે — અતિક્રમણ કરે છે તો સંસ્કૃતિમાં પ્રવેશે છે

(૧૮) અતિક્રમણ અર્થાત્ સ્વયંને ઊર્ધ્વગમનની દિશામાં લઈ જવું

(૧૯) પતંજલિ અને વિલિયમ રેકનાં યંત્રો — ધ્યાન (attention) દ્વારા શક્તિ એકત્ર કરવા માટેનાં

(૨૦) મોટા ભાગની બીમારીનું કારણ કુટુંબીજનોનું ધ્યાન

(૨૧) મનુષ્યની આકાંક્ષા બીજાનું ધ્યાન આકર્ષિત કરીને શક્તિ પ્રાપ્ત કરવાની

(૨૨) ધ્યાન ઓછું થવાને કારણે ઘટેલી ગાંધીજીની જીવવાની ઇચ્છા

(૨૩) બીજાઓ દ્વારા ધ્યાન આપવાની ક્રિયાની ભોજન પર થતી અસર

(૨૪) ટેલિપથીમાં ધ્યાન દ્વારા હજારો માઈલ દૂરથી શક્તિનું આદાન પ્રદાન

(૨૫) કોઈ પણ વૃત્તિ પર પક્ષમાં કે વિપક્ષમાં ધ્યાન દેવાથી એની શક્તિ ઘનીભૂત થાય છે — એ રીતે એનાથી મુક્ત ન થવાય

(૨૬) તપનું મૂળ સૂત્ર — ધ્યાન માટે નવાં કેન્દ્ર નિર્માણ કરો જેથી શક્તિ ઉપર વહેવા લાગે

(૨૭) તપ અર્થાત્ જીવન અગ્નિ — ઊર્ધ્વગામી હોવું એ તેનો સ્વભાવ

(૨૮) જન્મોની આદતોના કારણે જીવન અગ્નિને નીચેની દિશામાં લઈ જવો આપણને સરળ લાગે છે

(૨૯) ખોટો તપસ્વી આદત બનાવે છે સાચો તપસ્વી પોતાનો સ્વભાવ શોધે છે અને આદત સાથે લડતો નથી પણ તેના સ્વીકાર દ્વારા ધ્યાનનું રૂપાંતરણ કરે છે

(૩૦) ખોટો તપસ્વી કામકેન્દ્રને શક્તિ ન મળે તે માટે ઓછું ભોજન લે છે — પણ તેથી વાસનામુક્ત નથી બનતો

(૩૧) સાચો તપસ્વી શક્તિ પેદા કરે છે અને તે શક્તિને ધ્યાનના રૂપાંતરણ દ્વારા નવા કેન્દ્ર પર લઈ જાય છે

(૩૨) મુલ્લાની બોધકથા — બધા ગુરુઓની કમજોરીઓ

(૩૩) આપણી કમજોરી આપણી શક્તિનું નવું કેન્દ્ર — તપ તેના રૂપાંતરણની પ્રક્રિયા

(૧) તપની ખોટી વ્યાખ્યાઓને કારણે પહોંચેલું નુકસાન

અહિંસા છે આત્મા, સંયમ છે પ્રાણ, તપ છે શરીર. સ્વભાવતઃ અહિંસાના સંબંધમા ભૂલો થઈ છે, ખોટી વ્યાખ્યાઓ થઈ છે. પરંતુ આ ભૂલો અને વ્યાખ્યાઓ અપરિચયની ભૂલો છે. સંયમના સંબંધમા પણ ભૂલો થઈ છે, ખોટી વ્યાખ્યાઓ થઈ છે. પરંતુ એ ભૂલો પણ અપરિચયની ભૂલો છે. જેનાથી આપણે અપરિચિત છીએ એની ખોટી વ્યાખ્યા કરવી પણ કઠણ હોય છે. ખોટી વ્યાખ્યાને માટે પણ પરિચય જરૂરી છે. અને આપણો સૌથી વિશેષ પરિચય તપ સાથે છે, કેમ કે એ સૌથી બાહ્ય રૂપ-રેખા છે. એ શરીર છે.

તપની બાબતમા સર્વથી વધારે ભૂલો થઈ છે અને સૌથી વધારે ખોટી વ્યાખ્યાઓ થઈ છે. અને એ ખોટી વ્યાખ્યાઓને કારણે જેટલું અહિત થયું છે, એટલું કોઈ બીજી ચીજથી નથી થયું.

એક ફેર છે કે તપની બાબતમા જે ખોટી વ્યાખ્યાઓ થઈ છે તે આપણી પરિચયની ભૂલો છે. તપથી આપણે પરિચિત છીએ અને તપથી આપણે સહેલાઈથી પરિચિત થઈ જઈએ છીએ. અસલમાં તપ સુધી જવામા આપણે આપણી જાતને બદલવી જ નથી પડતી આપણે જેવા છીએ તેવા જ તપમા પ્રવેશ કરી જઈએ છીએ. કેમ કે તપ દ્વાર છે અને એટલા માટે આપણે જેવા છીએ તેવા જ તપમા ચાલ્યા જઈએ તો તપ આપણને બદલી નથી શકતું, પણ આપણે તપને બદલી નાખીએ છીએ.

૧) ભોગી ચિત્ત દ્વારા તપની ભૂલભરેલી વ્યાખ્યા: દુઃખની આકાંક્ષાથી સુખ પ્રાપ્તિ

તપની જે ભોગી વ્યાખ્યા નિરંતર થાય છે તે આપણે સમજી લેવી જોઈએ, ત્યારે જ આપણે તપની સાચી વ્યાખ્યાની દિશામાં ડગ માંડી શકીશું આપણે ભોગથી પરિચિત છીએ ભોગ એટલે કે સુખની આકાંક્ષાથી સુખની બધી આકાંક્ષા દુઃખમાં લઈ જાય છે સુખની બધી આકાંક્ષા આખરે દુઃખમાં ધકેલી દે છે—દુઃખ ખિન્ન કરાવેલા

આનાથી સ્વભાવત એક ભૂલ પેદા થાય છે અને તે એ છે કે જો આપણે સુખની ઇચ્છા રાખવાથી દુઃખમાં પહોંચી જઈએ છીએ તો શું દુઃખની ઇચ્છા રાખવાથી સુખમાં નહિ પહોંચી શકીએ? જો સુખની આકાંક્ષા કરીએ છીએ અને દુઃખ મળે છે તો આપણે દુઃખની આકાંક્ષા કરીને સુખ કેમ ન મેળવીએ!

એટલા માટે તપની જે પહેલી ભૂલ છે તે ભોગી ચિત્તમાંથી નીકળે છે ભોગી ચિત્તનો અનુભવ એ જ છે કે સુખ દુઃખમાં લઈ જાય છે એટલે જો આપણે ઊલટું કરીશું તો સુખમાં પહોંચી શકીશું તો બધા પોતાને સુખ આપવાની કોશિશ કરે છે આપણે આપણને દુઃખ દેવાની કોશિશ કરીએ જો સુખની કોશિશ દુઃખ લાવે છે તો દુઃખની કોશિશ સુખ લાવી શકશે એવું સીધું ગણિત માલૂમ પડે છે પરંતુ જિંદગી એટલી સીધી નથી અને જિંદગીનું ગણિત એટલું સ્પષ્ટ નથી જિંદગી ઘણી રહસ્યમય છે એના સ્તર જો એટલા સીધા હોત તો બધા સુખ હલ થઈ જાત.

(૨) વ્યારે પાવલોવ શરાબીની ટેવ છોડાવવામાં નિષ્ફળ જાય છે

મેં સાંભળ્યું છે કે રશિયાના એક મોટા મનોવૈજ્ઞાનિક પાવલોવની પાસે જેણે conditioned reflexના સિદ્ધાંતની શોધ કરી છે અને કહ્યું છે કે અનુભવો સંયુક્ત થઈ જાય છે એક માણસને લાવવામાં આવ્યો. શરાબ પીવાની આદતથી તે એટલો

પરેશાન થઈ ગયો છે કે ચિકિત્સક કહે છે કે એના લોહીમા શરાબ ફેલાઈ ગયો છે, એટલે જો શરાબ બંધ કરવામા નહિ આવે તો એ જીવવો મુશ્કેલ છે, એ બચવો બહુ મુશ્કેલ છે. પરંતુ એ છેલ્લા ત્રીસ વર્ષોથી શરાબ પીએ છે. એટલા લાબા વખતની આદત છે. ચિકિત્સકો ડરે છે કે જો એ આદતને તોડવામા આવે તો પણ મોત નીપજી શકે છે. એને પાવલોવની પાસે લાવવામા આવ્યો

પાવલોવે એને પોતાના એક નિષ્ણાત શિષ્યને સોપ્યો અને કહ્યુ કે આ વ્યક્તિને શરાબ પા. અને જ્યારે એ શરાબની પ્યાલી હાથમા લે, ત્યારે એને વીજળીના 'શૉક' આપો. આવુ નિરંતર કરવાથી શરાબ પીવો અને વીજળીનો આચકો અને પીડા એ બે જોડાઈ જશે. શરાબ અને પીડા જોડાઈ જશે, conditioned થઈ જશે ત્યારે પીડામાથી છૂટવુ એટલે શરાબ છોડવો એમ બની જશે અને એક વાર જો મનમા એ ભાવ ઠસી જાય કે શરાબ પીડા દે છે, દુ:ખ લાવે છે, તો શરાબ છોડવો મુશ્કેલ નહિ બને.

એક મહિના સુધી પ્રયોગ ચાલુ રાખવામા આવ્યો. એક મહિના સુધી એ માણસ પાવલોવની પ્રયોગશાળામા રોકાયો હતો. એ આખો દિવસ શરાબ પીતો જ્યારે પણ શરાબનો પ્યાલો હાથમા લેતો ત્યારે એની ખુરશી 'શૉક' આપતી. સામે બેઠેલો પેલો મનો વૈજ્ઞાનિક બટન દબાવતો, ક્યારેક એનો હાથ હલી જતો, ક્યારેક એના હાથમાંથી પ્યાલી પડી જતી

મહિના પછી પાવલોવે પોતાના યુવાન શિષ્યને બોલાવીને પૂછ્યુ કે કાંઈ થયુ ?

યુવાન શિષ્યે કહ્યુ, 'થયુ તો ઘણું બધું.'

પાવલોવ ખુશ થયો અને એણે કહ્યું, મેં કહ્યું જ હતુ કે 'કંડિશનિંગ'થી બધુ જ થઈ જાય છે. પણ એના શિષ્યે કહ્યુ કે બહુ ખુશ ન થાઓ કેમ કે લગભગ ઊલટું થયું છે.

પાવલોવે કહ્યુ, "ઊલટું ? તારા કહેવાનો અર્થ શો છે ?"

...એ પુત્રે કહ્યું એવું થઈ ગયું છે કે એ એટલો કન્ડિશન્ડ થઈ ગયો છે કે હવે જ્યારે શરાબ પીએ છે, ત્યારે નજીકમાં જે કોઈ રહે તેમ છે એમાં આંગળી નાખી દે છે. કન્ડિશન્ડ થઈ ગયા છે પરંતુ હવે એ શોક વગર શરાબ નથી પી શકતો. શરાબ પીવાનું તો નથી છૂટ્યું પણ હવે એને શોકે પકડી લીધો છે માટે હવે કૃપા કરીને શરાબ છૂટે કે ન છૂટે પણ શોક છોડાવો. કેમ કે શરાબ તો જ્યારે મારવાનો હશે ત્યારે મારશે પણ આ શોકનો ધક્કો ખતરનાક છે એ અત્યારે પણ મારી નાખી શકે છે. હવે એ પી જ નથી શકતો. અહીં એક હાથમાં પ્યાલી લે છે તો બીજો હાથ સોકેટમાં નાખે છે.

(૪) દુઃખ+ઇચ્છા એટલે તપ એવું જે સમજે છે ને બરાબર નથી.

જીવન આટલું સરળ નથી પણ ખૂબ ગૂંચવણભર્યું છે. આ તો જીવનનું ગણિત એટલું સ્પષ્ટ નથી કે તમે ધારો તેવું જ થાય. દુઃખની આકાંક્ષા સુખ નથી લાવતી કેમ?

કેમ કે જો આપણે ઊંડાણમાં જોઈએ તો પહેલી વાત એ છે કે તમે સુખની ઇચ્છા કરીને દુઃખ લાવ્યા છો. હવે તમે વિચારો છો કે દુઃખની આકાંક્ષા કરીશું તો સુખ મળશે. પરંતુ ઊંડાણમાં જોવા જઈએ તો હજી પણ તમે સુખની જ આકાંક્ષા કરી રહ્યા છો. દુઃખ ભોગવીએ તો સુખ મળશે એટલા માટે તમે દુઃખ ભોગવી રહ્યા છો. પણ આકાંક્ષા તો સુખની જ છે અને સુખની કોઈ આકાંક્ષા સુખ નથી લાવી શકતી. ઉપર ઉપરથી તો દેખાય છે કે માણસ પોતાને દુઃખ દઈ રહ્યો છે પરંતુ એ દુઃખ એટલા માટે આપી રહ્યો છે કે સુખ મળે પહેલાં સુખ આપી રહ્યો હતો, કે જેથી સુખ મળે પણ મળ્યું દુઃખ હવે દુઃખ દઈ રહ્યો છે કે જેથી સુખ મળે. પણ મળશે તો દુઃખ જ કેમ કે આકાંક્ષાનું સૂત્ર તો હજી પણ ઊંડાણમાં એ જ છે ઉપર ભલું બદલાઈ ગયું છે અંદર આદમી તો એ જ છે.

સાચી વાત એ છે કે દુઃખ ઇચ્છી જ શકાતું નથી; You cannot desire. It is impossible. એ અશક્ય છે. આપણે એમ કહી શકીએ કે સુખની જ ઇચ્છા હોય છે; દુઃખની અનિચ્છા જ હોય છે, ઇચ્છા નથી હોતી હા, જો કોઈ ક્યારેક દુઃખ ઇચ્છે છે તો સુખને માટે જ. પરંતુ એ ઇચ્છા તો સુખની જ છે. દુઃખને ઇચ્છી જ શકાતુ નથી. એ અસંભવ છે. ત્યારે આપણે એવું કહી શકીએ કે જે કાંઈ ઇચ્છવામા આવે છે તે સુખ છે અને જે ઇચ્છવામા નથી આવતુ તે દુઃખ છે

એટલા માટે દુઃખની સાથે ઇચ્છાને જોડી નથી શકાતી. અને જે કોઈ માણસ દુ.ખની સાથે ઇચ્છાને જોડીને તપ બનાવે છે, દુ.ખ+ઇચ્છા=તપ એમ સમજે છે, તે તપને સમજ્યો જ નથી. દુઃખની તો ઇચ્છા જ નથી હોઈ શકતી. સુખ જ પાછળ દોડે છે. આકાંક્ષા માત્ર સુખની છે ઇચ્છા માત્ર સુખની છે. એક જ રસ્તો છે કે તમને દુઃખમા પણ સુખ લાગવા માડે, તો તમે દુઃખ ઇચ્છી શકો છો. દુ.ખમા પણ સુખ લાગે એમ બની શકે છે—association‌થી, conditioningથી, ટેવાવાથી; મેં જે હમણા તમને પાવલોવની વાત કરી એવી કોઈ રીતે, તમને દુઃખમા પણ સુખનો ભ્રમ થઈ શકે છે.

(૫) પોતાને ચાબુક મારીને કામવાસનાનું દમન કરવા નીકળેલા લોકોનો ઊલટો અનુભવ

યુરોપમાં ખ્રિસ્તી ફકીરોનો એક સંપ્રદાય હતો—ચાબુક મારવાવાળાઓનો. એ સપ્રદાયની માન્યતા હતી કે જ્યારે પણ કામવાસના જાગ્રત થાય ત્યારે પોતાને ચાબુક ફટકારો. લોકોને ઘણી નવાઈ લાગતી, પણ ધીરે ધીરે ચાબુક મારવાવાળાઓને ખબર પડી કે ચાબુક મારવામા પણ કામવાસનાનો જ આનંદ આવવા લાગ્યો છે. અને એટલે સુધી હાલત થઈ ગઈ કે જે લોકોએ કામ-વાસનાને દબાવવા માટે ચાબુક મારવાની આદત પાડી હતી, તેઓ

પછી પોતાને ચાબુક માર્યા વગર સંભોગમાં જઈ શકતા નહોતા પરન્તુ તેઓ પોતાને ચાબુક મારી ત્યાર પછી જ સંભોગમાં જઈ શકે શરીર પર ચાબુક નથી પડતા ત્યાં સુધી કામવાસના પૂરી રીતે રસ મગ્ન થઈને છૂટશે નહિ આવું માણસના મનનું બન્યું છે

હવે એ માણસ પોતાને રોજ સવારના ચાબુક ફટકારી લ્યો છે અને આસપાસના લોકો એને નમસ્કાર કરી જાય છે કે કેટલો મહાન ત્યાગી છે ! એ જે ચાબુક મારવાવાળાઓનો સંપ્રદાય છે તેમાં આખા યુરોપમાં મધ્યયુગમાં લાખો લોકો હતા અને સાધુઓની આગ્રહ જ એ હતી કે કેટલા ચાબુક મારે છે જે જેટલા વધુ ચાબુક મારતો તે તેટલો વધુ મોટો સાધુ હતો ચાર રસ્તા આગળ ઊભા રહીને બધા સાધુઓ પોતાને ચાબુક મારતા હતા અને લોહીલુહાણ થઈ જતા હતા પરંતુ લોકો ચકિત થતા હતા કે કેટલી મોટી તપશ્ચર્યા છે કેમ કે જ્યારે એમના શરીરમાંથી લોહી વહેતું ત્યારે એમના ચહેરા ઉપર એવો મગ્ન-ભાવ દેખાતો કે જાણે કેવળ સંભોગરત યુગલમાં જ જોઈ શકાય છે લોકો આ માણસ અદ્ભુત છે એમ માનીને ચરણસ્પર્શ કરતા પરંતુ અંદરમાં શું બની રહ્યું હતું એની એમને ક્યાં ખબર હતી ? ખરેખર એ માણસ કામવાસનામાં પૂરો લીન થઈ ગયો હતો હવે એને ચાબુક મારવામાં રસ આવી રહ્યો હતો કેમ કે ચાબુક મારવા એ કામવાસના સાથે સંયુક્ત થઈ જવાનું હતું પાવલોવના કૂતરાના પ્રયોગમાં જે બન્યું હતું તેવું જ આ પણ થયું

(૧) તપસ્વીઓનું દુઃખમાં પણ આનંદ માનવાનું રહસ્ય—દુઃખનું સુખ સાથે જોડાઈ જવું

આપણે આપણાં દુઃખમાં સુખની ટેવ પણ જોડી શકીએ છીએ અને જો દુઃખમાં સુખની આશા જોડાઈ જાય તો આપણે બધાં આનંદથી પોતાની આસપાસ દુઃખને ઊભાં કરી શકીએ છીએ પરંતુ તપનો અર્થ એ નથી. તપ દુઃખવાદીની દૃષ્ટિ નથી. દુઃખની આસપાસ આ જે અણુ જામે છે એ જો તમને દેખાય

માંડે તો તપસ્વીઓની સપાટી ભેદીને તમે એમની ભીતરમાં જોઈ શકશો કે એમનો રસ શું છે. અને એક વાર જો તમને આ દેખાવા માંડે, તો તમે સમજી શકશો કે જ્યારે પણ કાંઈ ઇચ્છવામાં આવે છે ત્યારે સુખ ઇચ્છવામાં આવે છે. જો કોઈ દુઃખને ઇચ્છી રહ્યું છે તો એના મનના કોઈ ને કોઈ ખૂણામાં સુખ અને દુ.ખ એક થઈ ગયાં હશે, જોડાઈ ગયાં હશે. સુખ સિવાય દુ:ખને કોઈ પણ ઇચ્છતું નથી.

એક વાર તમારી ભીતરની કોઈ વાસના સાથે કોઈ દુઃખ જોડાઈ જાય તો પછી ભૂખે મરવાને બદલે કાંટા પર સૂવામાં પણ તમને આનંદ આવી શકે છે; તડકામાં ઊભા રહેવામાં પણ આનંદ આવી શકે છે. અને માણસ પોતાને દુઃખ એટલા માટે આપે છે કે એ કોઈ વાસનાથી મુક્ત થવા માગે છે. જે દુઃખથી એ મુક્ત થવા માગે છે, એ દુઃખ એની સાથે જોડાઈ જાય છે.

એક માણસને પોતાના શરીરને સજાવવામાં ખૂબ રસ છે. એ શરીરની સજાવટની આ કામનામાંથી મુક્ત થવા ઇચ્છે છે. એ નગ્ન ઊભો રહી જાય છે યા પોતાના શરીર પર રાખ ચોળી લે છે યા પોતાના શરીરને કુરૂપ કરી લે છે. પરંતુ એને ખબર નથી કે રાખ ચોળવી એ પણ, નગ્ન થઈ જવું એ પણ, અને આ રીતે શરીરને કુરૂપ કરી લેવું એ પણ, શરીરની સાથે જ સંકળાયેલું છે. એ પણ સજાવટ છે. જો તમે કોઈ વાર કુંભ ગયા હો, તો એક વાત જોઈને ખૂબ ચકિત થશો કે જે સાધુ રાખ ચોળીને બેસી રહે છે, તેઓ પણ પોતાના ડબ્બામાં એક નાનો અરીસો રાખે છે અને સવારે સ્નાન કર્યા પછી જ્યારે તેઓ રાખ ચોળે છે, ત્યારે તેઓ અરીસામાં જુએ છે. માણસ અદ્ભુત છે રાખ જ ચોળવી છે, તો પછી અરીસાનું શું પ્રયોજન? પરંતુ રાખ ચોળવી પણ સજાવટ છે, શૃંગાર છે. શરીરને કુરૂપ કરવાવાળો પણ અરીસામાં જોશે કે બરાબર થયું છે ને?

તપસ્વી શરીરનો દુશ્મન નથી થઈ જતો. જેવી રીતે ભોગી શરીરનો લોલુપ મિત્ર છે તેવી રીતે તપસ્વી ભોગીથી ઊલટો નથી થઈ જતો કેમ કે એ ઊલટા માથે પણ ભોગી જ થઈ જાય છે. શરીરને શણગારીને સુંદર બનાવનારાને જ અરીસાની જરૂર નથી પડતી, શરીરને કુરૂપ બનાવનારાને પણ અરીસાની જરૂર પડે છે. શરીરને સુંદર બનાવવાવાળો જ બીજાની દૃષ્ટિ પર નિર્ભર નથી રહેતો, કે કોઈ પોતાને જુએ, પણ શરીરને કુરૂપ બનાવવાવાળો પણ બીજાની દૃષ્ટિ ઉપર નિર્ભર રહે છે કે કોઈ મને જુએ! સુંદર વસ્ત્ર પહેરીને રસ્તા પર નીકળવાવાળો જ લોકોની પ્રતીક્ષા નથી કરતો પણ નગ્ન થઈને નીકળનારો પણ એટલી જ પ્રતીક્ષા કરે છે. બે પરસ્પર ઊલટી વસ્તુ પણ ક્યાંક એક જ રોગની શાખા હોઈ શકે છે એ સમજી લેવું જરૂરી છે. અહીં શરીરના ભોગ પરથી શરીરના તપ પર જવું આસાન છે. શરીરને સુખ આપવાની આકાંક્ષાને શરીરને દુઃખ દેવાની આકાંક્ષામાં બદલવી દર્દ, એ ખૂબ સુગમ અને સરળ છે.

(૭) શરીર દ્વારા અપેક્ષિત સુખ ન મળતાં શરીરને સતાવવાવાળા રોગીઓ કહેવાતા તપસ્વીઓ.

અહીં એક વાત બીજી ધ્યાનમાં લઈ લેવી જરૂરી છે કે જે માધ્યમથી આપણે સુખ ઇચ્છીએ છીએ એ માધ્યમ અગર સુખ નથી આપતું તો આપણે એના દુશ્મન થઈ જઈએ છીએ. જો તમે પેનથી લખતા હો (જેમ સૌએ ક્યારેક ને ક્યારેક અનુભવ કરી) અને જો પેન બરાબર ન ચાલે તો તમે પેન પર નારાજ થઈને જમીન પર પટકીને તોડી પણ નાખો છો. આ રીતે પેનને નારાજ કરો એ સાવ અસમંજસ છે. એનાથી વધુ અસમંજસ બીજું કંઈ હશે! વળી પેનને તોડી નાખવાથી કલમનું તો કંઈ નથી બગડતું, તમારું જ તૂટે છે. પેનનું કોઈ નુકસાન નથી થતું, તમને જ નુકસાન થાય છે.

પરંતુ જોડાને ગાળ દઈને ફેંકી દેવાવાળા લોકો, દરવાજાને ગાળ દઈને ખોલવાવાળા લોકો — આવા જ લોકો તપસ્વી બની જાય છે. શરીર સુખ નથી આપતુ, એવો અનુભવ શરીરને તોડવાની દિશામા લઈ જાય છે — ચાલો, શરીરને સતાવો. પરંતુ શરીરને સતાવવાની પાછળ એ જ વિષાદ (frustration) કામ કરી રહ્યો છે. શરીરથી સુખ ઇચ્છયુ હતુ, પણ તે મળ્યુ નહિ. એટલે એને જ ત્રાસ આપીને બતાવી દઈશું.

(૮) ભોગી અને તપસ્વી — બંને શરીર-કેન્દ્રિત

અર્થાત્ તમે બદલાયા નથી, હજુ પણ તમારી દૃષ્ટિ શરીર પર જ રહેલી છે ભલે પહેલા સુખ ઇચ્છયુ હોય, અને હવે દુઃખ દેવા ઇચ્છતા હો, પણ તમારા ચિતની જે દિશા છે તે હજુ પણ શરીરની જ આસપાસ વર્તુળ બનાવીને ફરે છે. તમારી ચેતના હજુ શરીર-કેન્દ્રિત છે, હજુ પણ શરીર ભુલાતુ નથી. હજુ પણ શરીર પોતાની જગ્યાએ જ ઊભેલુ છે અને તમે ત્યાના ત્યા જ છો. તમારી અને શરીરની વચ્ચેનો સંબધ એનો એ જ છે. ધ્યાનમા રહે, ભોગી અને તથાકથિત તપસ્વીની વચ્ચે શરીરના સંબધમા કોઈ ફેર નથી પડતો શરીરની સાથેનો સંબધ તો એનો એ જ રહે છે

જો આપણે ભોગીને પૂછીએ કે તમારુ શરીર છીનવી લેવાય તો શું તમને કોઈ તકલીફ થશે? તો ભોગી કહેશે કે મારાથી એવી તકલીફ સહન નહિ થાય, કેમ કે શરીર જ તો મારા ભોગનુ માધ્યમ છે. એ જ સવાલ આપણે તપસ્વીને પૂછીએ તો તે પણ કહેશે કે એમ થશે તો હુ મુશ્કેલીમા મુકાઈ જઈશ. કેમ કે મારી તપશ્ચર્યાનું સાધન શરીર જ છે હુ જે કાઈ કરી રહ્યો છુ તે શરીર દ્વારા જ કરી રહ્યો છુ. જો શરીર જ ન રહે, તો તપ કેવી રીતે થશે? જો શરીર જ ન રહે તો ભોગ પણ કેવી રીતે ભોગવાય?

એટલા માટે હુ કહુ છું કે બનેની દૃષ્ટિ શરીર પર છે અને બને શરીરના માધ્યમથી જ જીવી રહ્યા છે. જો તપ શરીરના

માધ્યમથી છૂટી ગયું છે એ ભોગનું જ વિકૃત રૂપ છે. જે તપ શરીરકેન્દ્રિત છે તે ભોગનું જ બીજું નામ છે એ વિષાદને ઉપલબ્ધ થઈ ગયેલું છે. એ ભોગની શરીર પર વજ્ર વાગવાની આકાંક્ષા છે. આને આપણે બરાબર સમજીએ તો પછી આપણે તપની દિશામાં આંખો માંડીને જોઈ શકીશું. આ કારણોને લીધે તપ આત્મહિંસા બની ગયું છે. પોતાને જે જેટલો વધુ સતાવી શકે છે તે એટલો મોટો તપસ્વી બની શકે છે. પરંતુ આ રીતના પીડન (torture) કે આત્મપીડન દ્વારા સતાવવાની સાથે તપને કોઈ સંબંધ નથી.

(૬) પોતાને સતાવી રહેલા તપસ્વીને બીજાને સતાવવામાં આવતો રસ

ધ્યાન રહે જે પોતાને સતાવી શકે છે તે બીજાને સતાવવામાંથી બચી શકતો નથી. કેમ કે જે પોતાને તપ દ્વારા સતાવી શકે છે તે કોઈને પણ સતાવી શકે છે. હા, એની સતાવવાની રીત અલબત્ત જરી અલગ. ભોગીની સતાવવાની રીત સીધી હોય છે પણ ત્યાગીની સતાવવાની રીત પરોક્ષ (indirect) પણ હોય છે.

જે ભોગી તમને સતાવવા માગતો હોય તો તે પાછળથી હુમલો કરે છે અને તમને ખ્યાલ પણ નથી આવતો કે એ હુમલો કરે છે. જો તમે ત્યાગી પાસે જાઓ, કહેવાતા (so-called) તપશ્ચર્યા કરવાવાળા પાસે જાઓ, એની પાસે તમે જાઓ અને જો તમે સારાં કપડાં પહેરેલાં હોય અને જો તમારો ત્યાગી અડ્ડો જમાવીને બેઠેલો હોય તો તે તમારાં કપડાં એવી રીતે જોશે કે જાણે દુશ્મનને જોતો હોય. એની આંખમાં નિંદા હશે. એની નજરે તમે કીડી મકોડા જેવા દેખાશો. એની આંખોમાં ક્રોધ હશે, એ નરકની દિશા બતાવતું તીર બની જશે જે દર્શાવશે કે હવે તમે નરકમાં જશો. એ તમને કહેશે કે હજી સુધી સમજ્યા નથી, હજી સુધી આ કપડાંમાં ગૂંચવાયેલા છો? નરકમાં જશો.

(૧૦) તપસ્વી દ્વારા પોતાને માટે સ્વર્ગની અને ભોગી માટે નરકની કલ્પના

મે સાભળ્યુ છે કે એક પાદરી એક ચર્ચમા લોકોને સમજાવી રહ્યો હતો, નરકથી ડરાવી રહ્યો હતો કે ત્યા કેવી કેવી મુસીબતો હશે. જ્યારે કયામતનો દિવસ આવશે ત્યારે પાપીઓ ઉપર એટલી ભયંકર ઠડી પડશે કે એમના દાત ખખડી જશે.

મુલ્લાં નસરુદ્દીન પણ એ સભામા હતો એ ઊભો થઈ ગયો. એણે કહ્યું, પણ મારા તો દાત પડી ગયા છે, તેનું શું ?

પેલા પાદરીએ કહ્યુ કે, ગભરાશો નહિ, False teeth will be provided, બનાવટી દાતનુ ચોકઠું તમને આપવામા આવશે, ને તે ખખડશે.

સાધુ, કહેવાતા તપસ્વીઓ, તમને નરકમા મોકલવાની યોજનામા લાગેલા છે, એમનુ ચિત્ત તમારા નરકની બધી વ્યવસ્થા કરી રહ્યુ છે સાચુ તો એ છે કે નરકમા જે કષ્ટ આપવાની વ્યવસ્થા છે, તે કહેવાતા, જૂઠા તપસ્વીઓની કલ્પના છે, fantasy છે

એ કહેવાતો તપસ્વી વિચારી જ નથી શકતો કે તમને પણ સુખ મળી શકે છે. તમે અહી ઘણુ સુખ લઈ રહ્યા છો એ જાણે છે કે એ સુખ છે અને એ પોતે અહી ખૂબ દુ:ખ લઈ રહ્યો છે તો ક્યાક તો સતુલન (balance) કરવુ જ પડશે. એણે અહીં ઘણુ દુ:ખ ભોગવ્યુ છે, એટલે એ સ્વર્ગમા સુખ મેળવશે. તમે અહી સુખ ભોગવી રહ્યા છો, એટલે તમે નરકમા સડશો અને દુ:ખ ભોગવશો.

ઘણી મજાની વાત એ છે કે એના સ્વર્ગનુ સુખ એ તમારા જ સુખોનુ વિસ્તૃત (magnified) રૂપ છે તમે જે સુખ અહી માણી રહ્યા છો, એ જ સુખ વધુ વિસ્તીર્ણ રૂપમા એ સ્વર્ગમા ભોગવશે અને મજાની વાત છે કે એ જ તપસ્વીઓ પોતાની આસપાસ અગ્નિ સળગાવીને બેસે છે. બદલામા તેઓ તમને નરકમા સડાવશે.

તો જે તપસ્વીઓ પોતાની આસપાસ અગ્નિ સળગાવીને બેસે છે એમનાથી સાવધ રહેવું એમના નરકમાં તમારે માટે અગ્નિ તૈયાર રહેશે ભયંકર અગ્નિ હશે જેનાથી તમે બચી નહિ શકો તમને કડાઈમાં નાખવામાં આવશે, ઉકાળવામાં આવશે તેમાં તમે મરી પણ નહિ શકો કેમ કે મરી ગયા તો મજા જ મારી ગઈ ને માગવામાં આવ્યા અને મરી ગયા તો દુઃખ કોણ ખમશે? એટલા માટે નરકમાં મરવાનો કોઈ ઉપાય નથી

ધ્યાનમાં રહે કે નરકમાં તપસ્વીઓએ આત્મહત્યાની સગવડ નથી આપી. તમે નરકમાં મરી શકત નથી તમે બીજું કોઈ પણ કરો ગમે તે કરો પરંતુ એક કામ નરકમાં નથી થઈ શકતું — તમે મરી શકતા નથી કેમ કે જો તમે મરી શકો તો તમે દુઃખની બહાર નીકળી જઈ શકો છો એટલા માટે એ સગવડ રાખવામાં નથી આવી

કોની કલ્પનામાંથી આ બધી વિચારધારા નીકળે છે? આ બધી વાતો કોણ વિચારે છે? ખરું તો એ છે કે જે સાચા તપસ્વી છે તે કોઈના દુઃખની વાત વિચારી પણ શકતો નથી એ વિચારી પણ શકતો નથી કે કોઈને પણ ક્યાંય પણ નરકમાં પણ કોઈ દુઃખ હોઈ શકે છે પરંતુ જે કહેવાતા તપસ્વી છે તે આમાં પડેલા હોય છે

જો તમે શાસ્ત્રો વાંચો આખી દુનિયાના ધર્મોનાં શાસ્ત્રો વાંચો તો એક ઘણી અદ્ભુત વાત તમને દેખાશે તપસ્વીઓએ કહેવાતા તપસ્વીઓએ જે જે લખ્યું છે એમાં તેઓ નરકોની જે જે વિગતના અને ચિત્રણ કરે છે તે ઘણી વિકૃત કરાયેલી કલ્પના (perverted imagination) માલૂમ પડે છે આવું તેઓ વિચારી શકે છે આવી કલ્પના તેઓ કરી શકે છે તે એમને અંગે મોટી ખબર આપે છે

(૧૧) તપસ્વીને ભ્રષ્ટ કરવા આવતી અપ્સરાઓ—એના જ દમિત ચિત્તની પેદાશ

બીજી એક વાત એ દેખાશે કે તમે જો જો કોઈવાર ... તપસ્વી ઘણી નિંદા કરે છે એ નિંદામાં પડેલો રસ સેક્સ એ બતાવે

નવાઈની વાત છે કે વાત્સાયને પોતાના કામસૂત્રમા સ્ત્રીનાં અંગોનું એવું સુંદર અને રસપૂર્ણ ચિત્રણ નથી કર્યું કે જેટલુ તપસ્વીઓએ સ્ત્રીના અંગોની નિંદા કરવા માટે પોતાનાં શાસ્ત્રોમાં કર્યું છે વાત્સાયનની પાસે એટલો રસ હોઈ પણ શકતો નથી. કેમ કે એટલો રસ પેદા કરવા માટે વિપરીત જવું જરૂરી છે.

એટલા માટે એ ઘણી મજાની વાત માલૂમ પડે છે કે ભોગીઓની આસપાસ કોઈ નગ્ન અપ્સરાઓ આવીને નાચતી નથી તેઓ ફક્ત તપસ્વીઓની આસપાસ આવીને જ નાચે છે. તપસ્વી વિચારે છે કે એ એમના તપને ભ્રષ્ટ કરવા માટે જ આવી હોય છે. પણ જેને મનોવિજ્ઞાનની થોડી પણ ખબર છે, તે જાણે છે કે તપસ્વીઓને ભ્રષ્ટ કરવા માટે આ લોકમાં ક્યાંય અપ્સરાઓની કશી વ્યવસ્થા નથી. અસ્તિત્વ તપસ્વીઓને ભ્રષ્ટ શા માટે કરવા ઇચ્છે? કોઈ કારણ જ નથી. જો પરમાત્મા હોય, તો પરમાત્મા પણ તપસ્વીઓને ભ્રષ્ટ કરવામા રસ શા માટે લે? અને આ અપ્સરાઓ શાશ્વત રૂપથી શું એક જ ધંધો કરશે — તપસ્વીઓને ભ્રષ્ટ કરવાનો? એમને શું બીજું કોઈ કામ જ નથી? એમના જીવનનો પોતાનો કોઈ રસ નથી?

ના, મનોવૈજ્ઞાનિક કહે છે કે તપસ્વી જેના રસની સામે આટલુ ઝૂઝે છે તે જ રસ પ્રગાઢ થવો શરૂ થઈ જાય છે. જો તપસ્વી કામ સાથે લડે છે, તો તેની આસપાસ કામવાસના રૂપ ધારણ કરીને ઊભી થઈ જાય છે, એ એને ઘેરી લે છે. એ જેની સાથે લડી રહ્યો છે, એને જ એ પ્રક્ષેપ (project) કરી લે છે. એ અપ્સરાઓ કોઈ સ્વર્ગમાથી નથી ઊતરતી, તેઓ તપસ્વીના સંઘર્ષરત મનમાથી ઊતરે છે. તે અપ્સરાઓ એના મનમા જે છુપાયેલુ છે, એને બહાર પ્રગટ કરે છે. એ જે ઇચ્છે છે, અને જેનાથી એ પાછો ભાગ્યો પણ રહે છે, એનું જ સાકાર-રૂપ તે અપ્સરાઓ છે. એ જે માગે છે અને પાછો જેની સાથે લડે પણ છે, એ જેની સાથે

જે ન છે અને પાછો એને દબાવે પણ છે—એની જ એ વિપરીત ચિત્તની જ એ અપ્સરાઓ તૃપ્તિ છે એ એને ભ્રષ્ટ કરવા માટે ક્યાંય બીજેથી નથી આવતી એના જ દમિત ચિત્તમાંથી પેદા થાય છે

(૧૨) દમન એટલે દબાવવું નહિ દમન એટલે શાંત થઈ જવું

તપ વિકૃત હોય તો દમન થાય છે અને દમન માણસને રુગ્ણ કરે છે સ્વસ્થ નહિ એટલા માટે હું કહું છું કે મહાવીરના તપમાં દમનનું કોઈ પણ કારણ નથી અને જો મહાવીરે જો ક્યાંય દમન જેવા શબ્દનો પ્રયોગ પણ કર્યો હોય તો હું તમને કહી દઉં કે ૨૫૦૦ વર્ષ પહેલાં દમનનો અર્થ બીજો હતો અત્યારે એ નથી

દમનનો અર્થ હતો શાંત થઈ જવું મહાવીરના સમયમાં દમનનો અર્થ દબાવી દેવું નહોતો દમનનો અર્થ હતો શાંત થઈ જવું શાંત કરી દેવું પણ નહિ—શાંત થઈ જવું ભાષા રોજ બદલાતી રહે છે શબ્દોના અર્થ રોજ બદલાતા રહે છે જો ક્યાંય મહાવીરની વાણીમાં દમન શબ્દ મળી જાય ત્યારે તમે ધ્યાન રાખજો, એનો અર્થ દબાવવું (suppression) નથી થતો એનો અર્થ શાંત થઈ જવું થાય છે

જે ચીજથી તમને દુઃખ પ્રાપ્ત થયું છે તેની ઊંધી દિશામાં ચાલ્યા જવાથી દમન પેદા થાય છે કામવાસનાએ મને દુઃખ આપ્યું હોય તો જો હું કામવાસનાની વિરુદ્ધ જાઉં અને કામવાસના સાથે લડવા લાગું તો દમન થશે જ્યાં સુધી ઊલટી ભાવના જાગૃત થાય છે ત્યાં સુધી શાંતિ નથી થઈ ઊલટી ભાવના જાગૃત થાય છે જ એ શા માટે

(૧૩) ક્રોધની રોધ—પ્રેમ અને કલહ કામ અને યુદ્ધ—એક જ સિક્કાના બે રૂપ

એક મિત્રની પત્ની મને કહેતી હતી કે એને પતિ પર જરાયે પ્રેમ નથી રહ્યો, કજિયા કંકાસ ચાલુ છે

મેં કહ્યુ, જો પ્રેમ બિલકુલ ન રહ્યો હોય, તો કલહ પણ ચાલુ રહી શકે નહિ. ઝઘડવા માટે પણ પ્રેમ જોઈએ. જોજે, થોડોઘણો પ્રેમ જરૂર હશે અને ઝઘડો જો મોટા પ્રમાણમા હશે, તો પ્રેમ પણ ઘણો હશે.

એણે કહ્યુ, તમે કેવી ઊંધી વાત કરો છો? હુ તો છૂટાછેડા (divorce) લેવાનુ વિચારી રહી છું કે જલદી છૂટાછેડા લઈ લઉં.

મેં કહ્યુ, "જેની સાથે આપણું બંધન હોય તેને જ આપણે છૂટાછેડા આપવાનુ વિચારીએ છીએ. જેની સાથે બંધન જ નથી હોતું એને છૂટાછેડા આપવાપણુ ક્યાંથી હોય? વાત જ પૂરી થઈ જાય છે. છૂટાછેડા આપોઆપ થઈ જાય છે." આ એક વર્ષ પહેલાની વાત છે.

પછી હમણાં એક દિવસે મે એને પૂછ્યુ કે શી ખબર છે? એણે કહ્યુ, "તમે કદાચ સાચુ કહેતા હતા. હવે તો ઝઘડો પણ નથી થતો, છૂટાછેડાની વાતનો ખ્યાલ તો દૂરની વાત છે. એની સાથે શી લેવા દેવા? એ વાત જ શાંત થઈ ગઈ છે." સંબંધ જ ન રહી જાય તો શું તોડીશું?

જો તમે કોઈ વાસના સાથે લડી રહ્યા હો તો સમજવુ કે તમારો એ વાસનામા હજુ રસ કાયમ છે. જિંદગી આવી ગૂંચવણ-ભરેલી છે.

પરંતુ ફ્રોઈડે તો જીવનભરના, પચાસ વર્ષના અનુભવ પછી કહ્યુ (અને કદાચ પૃથ્વી પર એ એક જ માણસ મનુષ્યોના સંબંધમા આ રીતે ઊંડો ઊતર્યો છે) કે જ્યાં સુધી પ્રેમ હોય છે, ત્યા સુધી ઝઘડો ચાલુ રહેશે. જો ઝઘડાથી મુક્ત થવુ હોય તો પ્રેમથી પણ મુક્ત થવું પડશે.

જો પતિ-પત્ની વચ્ચે પ્રેમ હોય, તો પ્રેમની તો આપણને ખબર નથી પડતી, કેમ કે એમનો પ્રેમ એકાંતમા પ્રગટ થતો હશે પરંતુ ઝઘડાની તો આપણને ખબર પડે છે, કેમ કે ઝઘડો તો

જાહેરમાં પણ પ્રગટ થઈ જાય છે હવે ધ્યાન માટે તો એકાન્ત નથી શોધી શકાતું ઝઘડો કોઈ એવી વસ્તુ પણ નથી કે જેને માટે ખાસ એકાંત શોધવાની કોઈ તસ્દી લે પણ કોઈક કહે છે કે જો જાહેરમાં ઝઘડો ચાલુ હોય તો આપણે માની શકીએ કે અંતરમાં કેમ ચાલુ રહેતો હશે. દિવસે જે પતિપત્ની લડી ત્યાં જ તેમણે રાતે પ્રેમમાં પડીને પૂર્તિ કરવી પડે છે સંતુલન (balance) કરવું પડે છે

જે દિવસે લડાઈ થાય છે તે દિવસે ઘરમાં ભેટ પણ આવવા માંડે છે જો પતિ લડીને બજારમાં ગયો હોય તો પાછા ફરતાં પત્નીને માટે કાંઈક લેતો આવશે જો પતિ ઘર તરફ ફૂલ લઈને જતા હોય તો એમ ન સમજવું કે પત્નીનો જન્મદિવસ છે એમ સમજવું કે આજે સવારે કંકાસ વધારે થયો છે આ બધું સંતુલન (balancing) છે એ એને સમતોલ કરશે

પરંતુ કોઈક તો કહે છે કે હું કામ(sex)ને એક લડાઈ માનું છું એટલા માટે કોઈક કામ (sex) અને યુદ્ધ(war)ને આસપાસ રાખે છે એ કહે છે કે યુદ્ધ અને કામ બંને એક જ ચીજનાં બે રૂપ છે અને જ્યાં સુધી મનમાં કામવાસના છે ત્યાં સુધી એ યુદ્ધની વૃત્તિ સમાપ્ત નથી થઈ શકતી એ અંતર્દૃષ્ટિ (insight) ઘણી ઊંડી છે અને એ અંતર્દૃષ્ટિને જો આપણે સમજીએ તો મહાવીરને સમજવા હજી પણ સુગમ થઈ જશે

(૧૪) જીવનનું દરેક રૂપ તેના વિપરીત સાથે જોડાયેલું

મહાવીર કહે છે કે જો ઘૃણાથી મુક્ત થવું હોય તો રાગથી પણ મુક્ત થઈ જવું પડશે જો શત્રુથી બચવું હોય તો મિત્રથી પણ બચવું પડશે. જો અંધારામાં જવાની ઇચ્છા ન હોય તો પ્રકાશને પણ નમસ્કાર કરવા પડશે. આ ઊલટું દેખાય છે પણ એ ઊલટું નથી. કેમ કે જેના મનમાં પ્રકાશમાં જવાની ઇચ્છા છે તે વારંવાર અંધારામાં જ પડતો રહેશે

જીવન દ્વન્દ્વ છે અને જીવનનાં બધા રૂપ પોતાના વિપરીત સાથે બધાયેલાં છે, પોતાના વિરોધીથી બધાયેલા છે. આનો અર્થ એ થયો કે જે વ્યક્તિ જે ચીજ સાથે લડશે, જેનાથી વિપરીત એ ચાલશે એની સાથે જ બધાયેલી રહેશે. એનાથી એ ક્યારેય છૂટી નહિ શકે. જો તમે ધન સાથે લડી રહ્યા છો અને ધનથી વિપરીત જઈ રહ્યા છો તો ધન તમારા ચિત્તને હમેશા ઘેરીને રહેશે જો તમે અહંકાર સાથે લડી રહ્યા છો અને અહંકારથી વિપરીત જઈ રહ્યા છો, તો તમારો અહંકાર સૂક્ષ્મમા સૂક્ષ્મ થઈને તમારી ભીતર હમેશા ઊભો રહેશે. એટલા માટે થોડું સંભાળીને લડવું, કેમ કે જેની સાથે આપણે લડીએ છીએ, તેની સાથે આપણે બધાઈ જઈએ છીએ.

તપ આવી જ ભૂલોમા પડીને રુગ્ણ થઈ ગયુ છે. અને જેમને આપણે તપસ્વી તરીકે ઓળખીએ છીએ, તેમાંથી ૯૯ ટકા માનસિક ચિકિત્સા માટેના ઉમેદવાર છે. એમની માનસિક ચિકિત્સા થવી જરૂરી છે. અને ધ્યાનમા રહે, કામવાસનાથી છૂટવું આસાન છે, કેમ કે કામવાસના પ્રાકૃતિક છે. પણ જે કામવાસનાના વિરોધથી બધાઈ ગયો છે, એનાથી છૂટવું મુશ્કેલ પડશે. કેમ કે એ પ્રકૃતિથી એક કદમ વધુ દૂર નીકળી જવાનું છે.

(૧૫) વિકૃતિ-પ્રકૃતિ-સંસ્કૃતિ

આને આપણે ત્રણ શબ્દોમાં સમજી લઈએ એકને હું કહુ છું, પ્રકૃતિ, જેને માટે આપણે કશું કર્યું નથી, પણ જે આપણને મળેલી છે. જો આપણે કાંઈ ખોટુ કરીએ, તો જે આપણે કરી લઈશુ તેનું નામ છે વિકૃતિ અને જો આપણે કાંઈક કરીએ અને બરાબર કરીએ તો જે થશે તેનું નામ છે સંસ્કૃતિ.

પ્રકૃતિ પર આપણે ઊભેલા છીએ. જરાક ભૂલ થાય અને વિકૃતિમા ચાલ્યા જઈએ છીએ. સંસ્કૃતિમાં જવું ઘણું કઠણુ છે. કેમ કે સંસ્કૃતિમાં જવા માટે વિકૃતિથી બચવું પડશે અને પ્રકૃતિની

ઉપર ઊઠવુ પડશે. જો કોઈએ ફક્ત પ્રકૃતિ સાથે રહેવાની કોશિશ કરી તો તે વિકૃતિમાં પડી જશે અને વિકૃતિ સંસ્કૃતિ કરતાં એકદમ દૂર છે પ્રકૃતિ એટલી દૂર નથી પ્રકૃતિ મધ્યમાં ઊભી છે વિકૃતિ થઈ અને તમે હટી ગયા, પ્રકૃતિથી પણ દૂર હટી ગયા એટલા માટે તો પશુઓમાં એવી વિકૃતિઓ નથી દેખાતી કે જેવી મનુષ્યોમાં દેખાય છે પશુ પ્રકૃતિ સાથે હટતુ નથી એટલે એનામાં વિકૃતિ દેખાતી નથી

(૧૬) મનુષ્ય પ્રકૃતિથી નીચે પડતા—વિકૃત થતા, પશુથી પણ બદતર હાલતમાં જાય છે

હમણાં હમણાં ન્યૂયૉર્કના એક ચોકમાં અને વૉશિંગ્ટનમાં તથા બીજી ઘણી જગ્યાઓએ હોમોસેક્સુઅલ્સોએ સરઘસો કાઢ્યા અને કહ્યું કે આ અમારો જન્મ સિદ્ધ અધિકાર છે અને આ વર્ષમાં ઓછામાં ઓછા ૧૦૦ હોમોસેક્સુઅલ્સોએ વિવાહ કર્યા—જે કલ્પનાની પણ બહાર લાગે પડે છે એક પુરુષ બીજા પુરુષ સાથે વિવાહ કરી રહ્યો છે યા એક સ્ત્રી બીજી સ્ત્રી સાથે વિવાહ કરી રહી છે—સમલિંગી વિવાહ! અમેરિકામાં આવા ૧૦૦ સમાન બનાવો આ વર્ષે નોંધાયા છે

આ લોકોએ કહ્યું કે અમે જાહેર કરીએ છીએ કે આ અમારો જન્મસિદ્ધ અધિકાર છે કે અમે જેમને પ્રેમ કરવા ઇચ્છીએ તેને કરીએ કોઈ સરકાર અમને રોકી નહિ શકે એક પુરુષ બીજા પુરુષ સાથે પ્રેમ કરવા ઇચ્છે છે એની સાથે વિવાહ કરવા ઇચ્છે છે તેમ સૌ એના અધિકાર માગે છે આખા અમેરિકા, યુરોપ, સ્વીડનમાં અને સ્વિટ્ઝર્લૅન્ડમાં આવા લોકોની એક જાતની ૧૫૦ ક્લબો છે અને બધી જગ્યાએ તે ક્લબો ફેલાતી જાય છે આખી દુનિયામાં ઓછામાં ઓછી ૨૦૦ પત્રિકાઓ હોમોસેક્સુઅલ્સની નીકળે છે—જેમાં તેઓ ખબરો આપે છે અને જાહેરાત કરે છે

તમે એ જાણીને નવાઈ પામશો કે હમણા તેઓએ કેલિફોર્નિયામાં એક પ્રદર્શન યોજ્યું હતુ — જેવી રીતે સ્ત્રીઓની સુંદરતાની પ્રતિયોગિતા (beauty competition) હોય છે કે જેમા સુંદર સ્ત્રીઓને લગભગ નગ્ન ઊભી કરાય છે, તેવી રીતે 'હોમોસેકસુઅલ્સો'એ ૫૦ નગ્ન યુવકોને ઊભા રાખીને પ્રદર્શન કર્યું કે અમે આમા જ સૌંદર્ય જોઈએ છીએ, સ્ત્રીઓમા નહિ

ક્યારેય પશુઓમા આપણે આવું વિચારી શકીએ છીએ? પશુ અને 'હોમોસેકસુઅલ્સ'? ના! (હા, ક્યારેક ક્યારેક એવું બને છે કે અજાયબઘરમા અને સર્કસમા પશુઓ 'હોમોસેકસુઅલ્સ' થઈ જાય છે!)

ડેઝમંડ મોરિસે એક પુસ્તક લખ્યુ છે — ધી હુમન ઝૂ (The Human Zoo — માણસોનુ અજાયબઘર) જેમા એણે લખ્યુ છે કે જે અજાયબઘરમાં પશુઓની સાથે થઈ રહ્યુ છે તે સમાજમા માણસોની સાથે થઈ રહ્યુ છે આ અજાયબઘર છે. આ કોઈ સમાજ નથી, 'ઝૂ' છે કેમ કે કોઈ પશુ જંગલમા પાગલ નથી થતુ. પણ અજાયબઘરમા પાગલ થઈ જાય છે કોઈ પશુ જંગલમા આત્મહત્યા કરતુ હજુ સુધી માલૂમ પડ્યુ નથી. પરંતુ અજાયબઘરમા ક્યારેક ક્યારેક આત્મહત્યા કરી લે છે. પશુ વિકૃત નથી થતું, કેમ કે તે પ્રકૃતિમા સ્થિર રહે છે.

(૧૭) મનુષ્ય પ્રકૃતિથી ઉપર ઊઠે છે — અતિક્રમણ કરે છે તો સંસ્કૃતિમાં પ્રવેશે છે.

માણસ બે પ્રકારની કોશિશ કરી શકે છે. જો તે પ્રકૃતિ સાથે લડવાની કોશિશ કરે તો, આજે નહિ તો કાલે પણ વિકૃતિમા સરી જશે અને યા તો પછી પ્રકૃતિનુ અતિક્રમણ કરવાની કોશિશ કરે તો એ સંસ્કૃતિમા પ્રવેશ કરશે.

તપ અતિક્રમણ છે, વિરોધ નથી, નિરોધ નથી, સંઘર્ષ નથી — અતિક્રમણ (trancendance).

અહીં એક ઘણા સારા શબ્દનો પ્રયોગ કર્યો છે એ શબ્દ છે— ‘ક્રમતા’. તેઓ કહે છે લડો નહિ. આ કિનારાથી પેલે કિનારે ચાલ્યા જાઓ પેલે પાર ચાલ્યા જાઓ પેલી પાર થઈ જાઓ લડો નહિ. કેમ કે લડશો તો પણ આ જ કિનારે ઊભા રહેશો. જેની સાથે લડવાનું હોય તેની પાસે રહેવું પડશે. જેની સાથે લડવું હોય તેનાથી દૂર જવું ખતરનાક છે. દુશ્મનો સામસામે સંગીનો લઈને ઊભા રહે છે. ભારત પાકિસ્તાનની સીમા (boundary) પર જુઓ તેઓ ઊભા છે. ભારત-ચીનની સીમા પર જુઓ. તેઓ પણ સંગીનો લઈને ઊભા છે. દુશ્મનથી દૂર જવાનું ખતરનાક છે. દુશ્મનની સામે જ સંગીનો લઈને ઊભા રહેવું પડે છે. જો કિનારા સાથે લડશો—બુદ્ધ કહે છે કે જો આ બાજુના કિનારા સાથે લડશો તો પેલા કિનારે પહોંચશો ક્યારે? લડો નહિ. પેલા કિનારે પહોંચી જાઓ. આ કિનારો છૂટી જશે ભુલાઈ જશે અને વિલીન થઈ જશે. તપશ્ચર્યા અતિક્રમણ (trancendance) છે. દ્વન્દ્વ નથી, દ્વંદ્વ નથી.

(૧૮) અતિક્રમણ અર્થાત્ સ્વયંને ઊર્ધ્વ ગમનની દિશામાં લઈ જવું

આ અતિક્રમણના રૂપમાં આપણે થોડું ઊંડા જઈશું તો ઘણી વાતે ખ્યાલમાં આવશે. સૌથી પહેલાં ધ્યાન કરી લઈએ કે અતિક્રમણનો શો અર્થ થાય છે?

તમે આ બાજુમાં ઊભા છો ત્યાં ઘોર અંધારું છે તમે અંધારા સાથે લડતા નથી. પણ તમે ફક્ત પહાડના શિખર પર ચઢવાનું શરૂ કરી દો છો. થોડીવારમાં તમે જુઓ છો કે તમે સૂર્યથી મંડિત શિખરની નજીક પહોંચતા જાઓ છો. ત્યાં કોઈ અંધારું ન હતું. ખીણમાં અંધારું હતું પણ ત્યાં તમે ઊભા જ નથી રહ્યા. તમે સૂર્યથી મંડિત શિખરની તરફ ચઢવાનું શરૂ કરી દીધું. તમે તરફથી આચ્છાદિત શિખર તરફ ચઢવાનું શરૂ કરી દીધું. તમે પ્રકાશમાં પહોંચી ગયા. આ અતિક્રમણ થયું. સંઘર્ષ જરા પણ નહિ

જ્યા તમે છો ત્યાં બે ચીજો છે: તમે છો અને તમારી આસપાસ ઘેરાયેલું ખીણનું અંધારુ છે. જો તમે ખીણના અંધારા સાથે લડો છો, તો તમારે ખીણમા જ રહેવુ પડશે. જો તમે ખીણના અંધારા સાથે લડતા નથી, તમારી ભીતરના સ્વયંને ઊર્ધ્વગમન પર લઈ જાઓ છો, તો ખીણના અંધારા પર ધ્યાન આપવાની જરૂર નથી.

જ્યાં આપણે ઊભેલા છીએ, ત્યા ચારે બાજુએ ભોગની વૃત્તિઓ છે તેઓ પણ છે અને તમે પણ છો. ખોટા ત્યાગીનુ ધ્યાન વૃત્તિઓ પર હોય છે કે હુ આ વૃત્તિને કેવી રીતે મિટાવુ. સાચા ત્યાગીનુ ધ્યાન સ્વયં પર હોય છે કે હુ આ વૃત્તિની ઉપર કેવી રીતે ઊઠી જાઉ. આ ભેદને બરાબર સમજી લઈએ. કેમ કે આ બંનેની માત્રા અલગ હશે, બંનેના નિયમ અલગ હશે, બંનેની સાધના અલગ હશે, બંનેની દિશા અલગ હશે, બંનેનુ ધ્યાન અલગ હશે

વૃત્તિની સાથે જે લડી રહ્યો છે, એનુ ધ્યાન વૃત્તિ પર હશે. સ્વયંને જે ઊંચે ઉઠાવી રહ્યો છે એનુ ધ્યાન સ્વયં પર હશે જે વૃત્તિ સાથે લડી રહ્યો છે એનુ ધ્યાન બહિર્મુખી હશે. જે સ્વયંને ઊર્ધ્વગમનની દિશામા લઇ જાય છે એનું ધ્યાન અંતર્મુખી હશે. અને એક મજાની વાત એ છે કે ધ્યાન ભોજન છે. જે ચીજ ઉપર તમે ધ્યાન દો છો, એને તમે શક્તિ આપો છો.

(૧૯) પાવલિટા અને વિલિયમ રેકનાં યંત્રો—ધ્યાન (attention) **દ્વારા શક્તિ એકત્ર કરવા માટેનાં**

હુ પાવલિટાની વાત કરી રહ્યો હતો. એ ચેક વિચારક અને વૈજ્ઞાનિક છે. એની પાસે નાના નાના યંત્રો છે. એ કહે છે, પાચ મિનિટ સુધી આખો તાકીને એ યંત્રોને જોતા રહો અને એ યંત્ર તમારી શક્તિને સંગૃહીત કરી લે છે

અમેરિકામાં એક ઘણો અદ્ભુત માણસ હતો, જેને અમેરિકન સરકારે બે વર્ષની સજા કરી એ માણસ હતો વિલિયમ રેક. આ સદીમા જે લોકોના પાસે અંતર્દૃષ્ટિ હતી તેમાંનો એ એક

હતો. એને બે વર્ષ સજા ભોગવવી પડી. અને છેવટે અમેરિકન સરકારે એને પાગલ ઠેરવીને કાનૂન દ્વારા પાગલખાનામાં મોકલી દીધો. એના પર મુકદ્દમો ચાલ્યો.

અજબ વાત છે કે હવે એના મરી ગયા પછી વૈજ્ઞાનિકો કહે છે કે રાઈક એ સાચો હતો. એણે એક અદ્ભુત પેટી (બોક્સ) બનાવી જેને એ ઓર્ગન બોક્સ કહેતો હતો. એ કહેતો હતો કે આની અંદર જો કોઈ વ્યક્તિ સૂઈ જાય અને કામવાસનાનો વિચાર કરતો રહે તો એની કામવાસનાની શક્તિ આ બોક્સમાં સંગૃહીત થઈ જાય છે. પરંતુ એનું વૈજ્ઞાનિક પ્રમાણ શું છે કે શક્તિ એમાં સંગૃહીત થઈ જાય છે? એ કહેતો હતો કે સાબિતી એ છે કે તમે કોઈને આની અંદર સુવડાવી દો જેને આની બિલકુલ ખબર નથી. અને એ એક મિનિટમાં કામવાસનાના વિચાર કરવા [illegible] કરી દેશે. આ જ એનું પ્રમાણ છે.

પરંતુ વૈજ્ઞાનિકો કહેતા કે અમે આને કોઈ શક્તિ નથી માનતા. એ માણસ ભ્રમમાં હોઈ શકે છે પણ એ મનુષ્યની અંદર [illegible] શકે છે પરંતુ પોતે નપુંસક (impotent) હતો અને મન મનમાં ખ્યાલ બંધાઈ ગયો હતો એવા [illegible] ફેરવીને સાબિત કરી દેતો હતો કેમ કે એનું કહેવું હતું કે [illegible] શક્તિ એકત્ર થયેલી છે. આ જે ઓર્ગન છે તે તમારી કામ-શક્તિને તમારા ધ્યાનથી એકત્ર કરી લે છે.

(૧૧) મોટા ભાગની બીમારીનું કારણ—ખુદ બીમારીનું ધ્યાન

તમને ખ્યાલમાં નહિ હોય પણ જ્યારે તમારી [illegible] ધ્યાન (attention) આપે છે ત્યારે તમે એ રૂપનો અનુભવ કરો છો. જ્યારે તમારી તરફ કોઈ ધ્યાન નથી આપતા [illegible] રૂપનો અનુભવ કરો છો. એટલા માટે એક [illegible] છે—જ્યારે તમે કહેશો કે [illegible] તમારા પર ધ્યાન આપે ત્યારે તમે બીમાર પડી જાઓ છો [illegible]

'ટ્રિક'ને ઘણી જલદી સમજી જાય છે. તમારી ૧૦૦માથી ૯૦ બીમારી ધ્યાનની આકાક્ષાઓથી પેદા થાય છે. કેમ કે બીમાર પડ્યા સિવાય ઘરમા તમારી તરફ કોઈ ધ્યાન આપતુ નથી

પત્ની બીમાર પડી જાય છે તો પતિ એના માથા પર હાથ મૂકીને બેસી જાય છે. બીમાર નથી પડતી તો એની તરફ જોતો પણ નથી. પત્ની આ રહસ્યને જાણીબૂજીને નહિ, પણ અચેતનમાં સમજી જાય છે કે જ્યારે એને ધ્યાન જોઈએ, ત્યારે એણે બીમાર થવું પડશે. એટલા માટે કોઈ સ્ત્રી એટલી બીમાર નથી હોતી કે જેટલી એ દેખાય છે યા જેટલો એ દેખાવ કરે છે. યા જ્યારે એનો પતિ ઓરડામાં હોય છે ત્યારે એ જેટલી ઊંહકારા કરે છે અને અવાજો કરે છે તેટલા અવાજો એનો પતિ ઓરડામા નથી હોતો ત્યારે એ નથી કરતી. ત્યારે તો એ બિલકુલ પણ નથી કરતી. આના પર થોડુ ધ્યાન દેવા જેવું છે કે શું કારણ હશે? આને બાળકો ઘણી જલદી શીખી જાય છે. જ્યારે તેઓ બીમાર હોય છે ત્યારે આખા ઘરનુ ધ્યાન (attention) એમના પર કેન્દ્રિત થઈ જાય છે. એક વખત આ વાત સમજમા આવી ગઈ કે ધ્યાન ખેચવા માટે બીમાર થવાનુ છે, તો જિંદગીભર એ બીમારીને આધાર બનાવી લે છે.

મનોવૈજ્ઞાનિકો સલાહ આપે છે, પરતુ એ સલાહ ઊલટી માલૂમ પડે છે. તેઓ કહે છે કે જ્યારે કોઈ બીમાર હોય ત્યારે જાણીબૂઝીને એના પર ઓછામાં ઓછું ધ્યાન આપવું. નહિ તો એના બીમાર થવાનુ તમે કારણ બનશો. જ્યારે કોઈ બીમાર હોય ત્યારે તો ધ્યાન આપવુ જ નહિ. સેવા કરવી, પણ ધ્યાન ન દેવું. ખૂબ તટસ્થભાવથી સેવા કરવી. બીમારીને કોઈ રસ દેવો ખતરનાક છે. આમ કરશો તો જિંદગીમા એ માણસ ઓછો બીમાર પડશે અને વધુ સ્વસ્થ રહેશે એના માટે ધ્યાન અને બીમારી જોડાઈને એકરૂપ નહિ થાય.

(૨) મનુષ્યની આકાંક્ષા—બીજાનું ધ્યાન આકર્ષિત કરીને શક્તિ પ્રાપ્ત કરવાની

પરંતુ ધ્યાનથી શક્તિ મળે છે એટલે તો આખી દુનિયામાં ધ્યાન પામવાની કોશિશ ચાલે છે એક નેતાને શો રસ આવતો હશે? જોડા ખાય, ગાળો ખાય ઉપવાસ સહે—આ બધામાં શો રસ આવતો હશે? પરંતુ જ્યારે એ ભીડમાં ઊભેલો હોય છે ત્યારે બધી આંખો એના તરફ મંડાયેલી હોય છે પાવલિટા કહે છે કે એ બધાની શક્તિથી ભોજન મેળવે છે

કોઈ આશ્ચર્ય નથી કે નેહરુ થોડા દિવસો વધુ જીવતા રહેત જો ચીનનો હુમલો ન થાત તો અચાનક ભોજન ઓછું થઈ ગયું ધ્યાન ખેંચાઈ ગયું કોઈ રાજનીતિક પદ પર રહીને ભાગ્યે મરે છે એટલા માટે તો કોઈ રાજનૈતિક નેતા પદ છોડવા નથી માગતો નહિ તો મરવું અને પદ છોડવું નજીક આવી જાય છે કોઈ રાજનીતિક નેતા પદ પર હોય ત્યાં સુધી ભાગ્યે મરે છે મરવું જ પડે આખરે એ જુદી વાત છે પોતાથી બનતી બધી કોશિશ એ કરે છે કે જીવતાં પદ ન છૂટે કેમ કે પદ છૂટતાં જ આવરદા ઓછી થઈ જાય છે

લોકો રિટાયર—નિવૃત્ત થઈને જલદી મરી જાય છે જો માણસ પોલીસનો ઓફિસર હતો એ માણસ નિવૃત્ત થઈ જાય તો એની ઉંમરમાં ઓછામાં ઓછી દસ વર્ષ આવરદા ઓછી થઈ જાય છે હવે લોકો નિવૃત્ત થવાની ના પાડે એ વાતને બહુ સમય નહિ લાગે કેમ કે એમને ખબર પડી જશે કે શું ગરબડ થઈ રહી છે જ્યાં સુધી માણસ નિવૃત્ત થતો નથી ત્યાં સુધી સ્વસ્થ માલૂમ પડે છે નિવૃત્ત થતાં જ બીમાર પડી જાય છે ધ્યાનનું ભોજન એને મળી રહ્યું હતું કે ઓફિસમાં જતો હતો અને લોકો ઊભા થઈ જતા હતા રસ્તા પર રોકાતો હતો અને લોકો નમસ્કાર કરતા હતા જી હજૂરી પણ કરતા હતા કેમ કે આપનો પૈસા પર કબજો હતો, એક મિનિસ્ટર જ બનતું

નામ પર હતુ પત્ની પણ ભયભીત થતી હતી પછી હવે એ નિવૃત્ત થઈ ગયેા. હાથમાથી ધીરે ધીરે બધા સૂત્ર છૂટતા ગયા. હવે એ ખૂણામા બેઠેા રહે છે. લેાકેા એવી રીતે પસાર થઈ જાય છે કે જાણે એ છે જ નહિ. તેા એ ખાસે છે—ખેાખારે છે, અવાજ કરે કે હુ પણ અહી છુ. પ્રત્યેક ચીજમા એ હઠ કરે છે (બુઢ્ઢાએાની હઠ માટે બીજુ કેાઈ કારણ નથી હેાતુ) કેમ કે હઠ કરીને જ એ બતાવી શકે છે કે ‘હુ છુ’ આ ઘણી દીન અવસ્થા છે, દયનીય અને ઘણી રુગ્ણ છે, દુ:ખદ છે, પરંતુ છે એ ઘરમા કેાઈ એવી ચીજ ચાલવા નહિ દે કે જેમા એ સલાહ નહિ આપે આમ તેા કેાઈ એની સલાહ નથી માનતુ તે એ જાણે છે, અને એ આખેા દિવસ કહે પણ છે કે કેાઈ મારુ માનતુ નથી. તેા પછી આખેા દિવસ સલાહ દીધા શુ કામ કરે છે—જો કેાઈ એનુ સાભળતુ ન હેાય તેા?

(૨૨) ધ્યાન એાછું થવાને કારણે ઘટેલી ગાંધીજીની જીવનની આકાંક્ષા

ગાધીજી કહેતા હતા કે તેએા ૧૨૫ વર્ષ જીવશે અને તેએા જીવી શકત. જો ભારત સ્વતત્ર ન થાત, તેા તેએા ૧૨૫ વર્ષ જીવી શકત ભારત સ્વતત્ર થયુ એ વસ્તુએ પણ એમના મરણમા ફાળેા આપ્યેા—કેમ કે આઝાદી પહેલા જેએા એમની વાત સાભળતા હતા, તેએાએ આઝાદી પછી એને સાભળવી બધ કરી દીધી. કેમ કે તેએા પેાતે જ તાકાતવાન થઈ ગયા. તેએા પેાતે જ સત્તા પર પહેાચી ગયા.

તેા ગાધીજીએ કહ્યુ કે હુ ખેાટેા સિક્કો થઈ ગયેા છુ મારી વાત હવે કેાઈ સાભળતુ નથી. તેએા કહેતા કે કેાઈ મારુ સાભળતુ નથી, હુ ખેાટેા સિક્કો થઈ ગયેા છું હુ બેાલ્યા કરુ છુ પણ કેાઈ મારી ફિકર નથી કરતુ, કેાઈ મારી સલાહ નથી માનતુ (તેમ છ્તાયે તેએા સલાહ દીધા કરતા હતા) મરવા પહેલા જ એમણે કહેવાનુ શરૂ કરી દીધુ હતુ કે હવે મારી ૧૨૫ વર્ષ જીવવાની કેાઈ આકાક્ષા નથી. પરમાત્મા મને જલદી ઉઠાવી લે તેા સારું

શા માટે? કેમ કે તેઓ હવે મોટા સિક્કા જેવા થઈ ગયા. કેમ કે હવે કોઈ એમનું સાંભળતું નથી કે ન એમના પ્રત્યે ધ્યાન નથી આપતું.

જેઓ એમના પ્રત્યે ધ્યાન આપતા હતા તેઓ પણ એટલા માટે ધ્યાન આપતા હતા કે ગાંધીજી પર ધ્યાન આપ્યા સિવાય એમના પર કોઈ ધ્યાન આપતું નહોતું. હવે નહેરુ પોતે જ ધ્યાન મેળવવાના અધિકારી થઈ ગયા હતા. એટલે તેઓ ગાંધીજી પર ધ્યાન દઈ રહ્યા હતા. હવે તેઓ શા માટે ગાંધીજી પર ધ્યાન આપે?

ગાંધીજી ખૂણામાં પડી ગયા હતા. કોઈ નથી કહી શકતું કે ગાંધીજીની શોભાને જોઈને એમના મનમાં ધન્યવાદ ઉપજ્યો ન હોય. કોઈ નથી કહી શકતું કે એમણે આમ વિચાર્યું નહિ હોય કે આવો આ ભગવાનનો મહેરબાની — અહીંયા છૂટીને નિરાંત થઈ.

(૧૧) બીજાઓ દ્વારા ધ્યાન અપાવાની ક્રિયાની ભોજન પર થતી અસર

ધ્યાન ભોજન છે પણ સૂક્ષ્મ ભોજન. કદાચ તમે ... એકલા ધ્યાન પર પણ તમે જીવી શકો છો. એટલા માટે જ્યારે કોઈ પ્રેમમાં પડે છે ત્યારે એની ભૂખ ઓછી થઈ જાય છે. તમને ખબર છે કે જો કોઈ તમને ઘણો પ્રેમ કરતું હોય તો ભૂખ આરામ આપી થઈ જાય છે? શા માટે? શું થઈ જાય છે? ધ્યાન મળી રહ્યું નથી. પ્રેમનો અર્થ જ એ છે કે કોઈ તમારા પર ધ્યાન આપે છે.

અને તમને ખબર છે કે મનોવૈજ્ઞાનિક કહે છે કે જ્યારે કોઈ તમારા પર ધ્યાન નથી આપતું ત્યારે તમે વધુ ભોજન કરો છો? અને જ્યારે કોઈ ધ્યાન આપે છે ત્યારે ઓછું ભોજન કરો છો. કેમ કે ધ્યાન પણ સૂક્ષ્મમાં ભોજનનું કામ કરે છે. સૂક્ષ્મ સ્તર પર કામ કરે છે. જે ચાહને આપેલું ધ્યાન કોઈ ... એ આપેલી શક્તિ જ પૂરી છે ... અમે ... ... હવે આને કહેવા માટેના વૈજ્ઞાનિક આધાર છે. હવે આને ... કરેલા પણ ઉપાય છે.

(૨૪) ટેલિપથીમાં ધ્યાન દ્વારા હજારો માઈલ દૂરથી શક્તિનું આદાન-પ્રદાન

મેં પાછળ નિકોલિયેાવ અને કામિનિયેાવનાં નામ લીધાં છે. આ બંને વ્યક્તિઓ 'ટેલિપથિક કોમ્યુનિકેશન'(વિચાર સંપ્રેષણ દ્વારા સદેશવ્યવહાર)માં આ પૃથ્વી પર સૌથી વધુ નિષ્ણાત લોકો છે. નિકોલિયેાવ વિચાર ફેંકે છે, 'બ્રોડકાસ્ટ' કરે છે અને હજારો માઈલ દૂર કામિનિયેાવ એ વિચારને ઝીલે છે.

વૈજ્ઞાનિકોએ યંત્ર લગાવ્યાં ત્યારે ઘણા નવાઈ પામ્યા કે જ્યારે નિકોલિયેાવ વિચાર ફેંકે છે ત્યારે એની શક્તિ ક્ષીણ થાય છે. એની ચારે બાજુનાં યંત્ર બતાવે છે કે એની શક્તિ ક્ષીણ થઈ રહી છે અને જ્યારે હજારો માઈલ દૂર કામિનિયેાવ વિચારને ગ્રહણ કરે છે, ત્યારે યંત્ર બતાવે છે કે એની શક્તિ વધી ગઈ. આ ઘણું આશ્ચર્યજનક છે!

હજારો માઈલ દૂર — જ્યારે કામિનિયેાવ નિકોલિયેાવની તરફ વિચાર ફેંકે છે, તો એને પૂછવામાં આવે છે કે તે શું કરે છે? એ કહે છે, "હું આંખો બંધ કરીને ધ્યાન કરું છું કે કામિનિયેાવ મારી સામે હાજર છે—એ દૂર નથી, મારી સામે જ ઉપસ્થિત છે. હું મારું બધું ધ્યાન એના પર લગાવી દઉં છું. બધું ભૂલી જાઉં છું ફક્ત કામિનિયેાવ રહી જાય છે અને જ્યારે કામિનિયેાવ પ્રત્યક્ષ દેખાવા લાગે છે કે એ સામે ઊભો છે, ત્યારે હું એની સાથે બોલું છું" એ ધ્યાન (attention) આપી રહ્યો છે એની શક્તિ હજારો માઈલ દૂર બેઠેલી વ્યક્તિને પ્રાપ્ત થઈ જાય છે.

(૨૫) કોઈ પણ વૃત્તિ પર પક્ષમાં કે વિપક્ષમાં ધ્યાન દેવાથી એની શક્તિ ઘનીભૂત થાય છે—એ રીતે એનાથી મુક્ત ન થઈ શકાય.

જે ચીજ પર આપણે ધ્યાન દઈએ છીએ, ત્યાં જ શક્તિ સંગૃહીત થઈ જાય છે અને જ્યાંથી આપણે ધ્યાન હટાવી દઈએ છીએ, ત્યાંથી શક્તિ હટે છે અને વિસર્જિત થાય છે. જે વૃત્તિ પર તમે

ધ્યાન દો છો એના પર શક્તિ અનુદીન થઈ જાય છે જ્યારે તમે કામવાસનાના વિચાર કરો છો ત્યારે તમારી કામવાસનાનું જે કેન્દ્ર છે એ તમારી ભીતર શક્તિ એકત્ર કરવા લાગી જાય છે તમે જ ધ્યાન દઈને શક્તિ દો છો પછી એ કેન્દ્ર શક્તિથી ભરાઈ જાય છે અને એ શક્તિથી મુક્ત થવા ઇચ્છે છે કેમ કે એ ભારેખમ થઈ જાય છે માણસની અંદર આવી શક્તિ હોય છે

પરંતુ કામવાસના પર બે રીતે ધ્યાન દઈ શકાય છે એક તો તમે કામવાસનામાં રસ લો તો પ્રકૃતિજન્ય (natural) કામવાસના તમારામાં ઉત્પન્ન થઈ જશે નૈસર્ગિક કામવાસના તમારી શક્તિશાળી થઈ જશે બીજી વિરુદ્ધ ધ્યાન પણ આપી શકાય છે જેમ કે એક માણસ કામવાસના પર એવી રીતે પણ ધ્યાન આપે છે કે મારે કામવાસના સાથે લડવું છે મારે કામવાસનાને અંતરમાં પ્રવાહિત નથી થવા દેવી એ પણ ધ્યાન દઈ રહ્યો છે એનું પણ કામકેન્દ્ર (sex centre) શક્તિને એકઠી કરી લે છે

હવે મોટી મુશ્કેલી ઊભી થાય છે કેમ કે જે નૈસર્ગિક કામવાસના પર ધ્યાન દે છે એની શક્તિ તો નૈસર્ગિક રૂપમાં વિસર્જિત થઈ જશે પરંતુ જે વિસર્જિત નથી કરવા ઇચ્છતા અને ધ્યાન આપે છે એનું શું થશે! એની શક્તિ વિકૃત રૂપ લેવાનું શરૂ કરી દેશે એ વિસર્જિત નથી થઈ શકતી એટલે એ શરીરના બીજા અંગોમાં પ્રવેશ કરશે અને એમને વિકૃત કરવા લાગશે એ માણસ અંદરથી મૂંઝાતો જશે અને અંતરમાં રૂંધાતો જશે પોતાની જ દાબેલી શક્તિને કારણે રૂંધાતો જશે આ એવું છે કે આપણે એક ઘડાને પાણી ભરી રહ્યા હોઈએ અને એનું મોઢું પણ બંધ કરી રહ્યા હોઈએ કે આ ઘડો ફૂટી ન જાય કારણ કે પાણી ભરીએ છીએ અને પાણી બંધ પણ કરીએ છીએ તો જે વૃત્તિને તમે ધ્યાન દો છો—પછી ભલે તે પક્ષમાં હોય કે વિરુદ્ધમાં હોય, શક્તિ એને પહોંચી અને એકત્ર થઈ રહ્યા છો

તપનું મૂળ સૂત્ર જ એ છે કે ધ્યાન ક્યાક બીજે દો. જ્યા તમે શક્તિને એકઠી નથી કરવા માગતા, ત્યાં ન આપો. ધ્યાનને જ ઉપર ઉઠાવો. જો કામવાસનાથી મુક્ત થવું હોય તો કામવાસના પર ધ્યાન જ ન દો પક્ષમા પણ નહિ અને વિપક્ષમા પણ નહિ પરંતુ તમારે ધ્યાન આપવું જ પડશે. કેમ કે ધ્યાન તમારી શક્તિ છે. એ કાર્ય માગશે.

(૨૬) તપનું મૂળ સૂત્ર—ધ્યાન માટે નવાં કેન્દ્ર નિર્માણ કરો, જેથી શક્તિ ઉપર વહેવા લાગે.

તપનું મૂળ સૂત્ર એ જ છે કે ધ્યાનને માટે નવા કેન્દ્ર નિર્માણ કરો. માણસની ભીતરમા નવા કેન્દ્રો છે. એ કેન્દ્રો પર ધ્યાનને લઈ જાઓ. જેવુ ધ્યાનને નવુ કેન્દ્ર મળી જાય છે, કે એ નવા કેન્દ્રમા જ શક્તિને ઉલેચવા લાગે છે અને જૂના કેન્દ્રોને તેથી મુક્તિ મળી જાય છે. પહાડ પર ચડાણ શરૂ થઈ જાય છે

આપણુ કામવાસનાનુ કેન્દ્ર સૌથી નીચે છે ત્યાથી આપણે પ્રકૃતિ સાથે જોડાયેલા છીએ. સહસ્રાર આપણુ સૌથી ઊચુ કેન્દ્ર છે. ત્યાથી આપણે પરમાત્મા સાથે જોડાયેલા છીએ—દિવ્યતા સાથે, ભવ્યતા સાથે, ભગવત્-તા સાથે જોડાયેલા છીએ તમે ક્યારેય ખ્યાલ કર્યો છે કે તમારા મગજમા જ્યારે કામવાસનાનો વિચાર ચાલે છે, ત્યારે તમારુ કામ-કેન્દ્ર તત્કાળ સક્રિય થઈ જાય છે? અહી વિચાર ચાલ્યો (વિચાર તો ચાલે છે મગજમા) અને કામ-કેન્દ્ર જે ઘણુ દૂર છે, તે તત્કાળ સક્રિય થઈ જાય છે ઠીક આ જ વાત છે

તપસ્વી જેવું સહસ્રારની તરફ ધ્યાન દે છે, તેવું જ તેનું સહસ્રાર સક્રિય થવું શરૂ થઈ જાય છે. અને જ્યારે શક્તિ ઉપરની તરફ જાય છે તો પછી નીચેની તરફ નથી જતી. જ્યારે શક્તિને શિખર પર ચડવાનો માર્ગ મળી જાય છે, ત્યારે એ ખીણ છોડવા લાગે છે જ્યારે શક્તિનો પ્રકાશના જગતમા પ્રવેશ થવા લાગે છે,

ત્યારે એ અધોગામી જગતથી ઉપરામ થવા લાગે છે. અધોગામીની નિંદા રસ નથી રહેતી, એના મનમાં અધોગામીનો વિરોધ પણ નથી રહેતો, એના મનમાં અધોગામીનો ખ્યાલ પણ નથી હોતો. અધોગામીનું ધ્યાન જ નથી હોતું. ધ્યાનનું જ રૂપાંતરણ છે તપ. હવે આપ જો આ રીતે સમજશો તો હું તપનો બીજો અર્થ બતાવી શકીશ.

(૧૭) તપ અર્થાત્ જીવનઅગ્નિ—ઊર્ધ્વગામી હોવું એ તેનો સ્વભાવ

તપનો બીજો અર્થ થાય છે: આગ, ગરમી, અગ્નિ. મનુષ્યની અંદર જે જીવનનો અગ્નિ છે એ અગ્નિને ઊર્ધ્વગમનની દિશામાં સંલગ્ન કરવો એ તપસ્વીનું કામ છે, અને નીચેની દિશામાં સંલગ્ન કરવો એ ભોગીનું કામ છે. ભોગીનો અર્થ છે—જે જીવનના અગ્નિને નીચેની તરફ અધોગામીની તરફ પ્રવાહિત કરી રહ્યો છે. તપસ્વીનો અર્થ છે—એ કે જે આ અગ્નિને ઉપરની દિશામાં પરમાત્માની તરફ, સિદ્ધાવસ્થા તરફ પ્રવાહિત કરી રહ્યો છે.

આ અગ્નિ બંને તરફ વહી શકે છે. એ ઘણી અજીબ વાત છે કે ઉપરની દિશામાં એ સહજતાથી વહે, નીચેની તરફ વહાવવામાં મુશ્કેલી જાય; કેમ કે અગ્નિનો સ્વભાવ ઉપરની તરફ જવાનો છે. એટલા માટે અમે તપ નામ આપ્યું છે, અમે અગ્નિ નામ આપ્યું છે, એને તપ નામ આપ્યું છે. ભોગી એ ભ્રાંતિમાં રહે છે. અગ્નિનો સ્વભાવ છે ઉપરની તરફ જવાનો, અને નીચેની તરફ તો ઘણા પ્રયાસ કરીને સંલગ્ન કરવો પડે છે.

પાણી નીચેની તરફ વહે છે. જો એને ઉપર સંલગ્ન કરવું હોય તો ઘણા પ્રયાસ કરવા પડશે. જો તમે એકલા છોડી દેશો, તો પાણી નીચેની તરફ વહેવા લાગશે. જો તમે પાણીને અવસ્થ છોડી દીધું તો પાણી નીચે વહેવા લાગશે. જો ઉપર સંલગ્ન કરવું હોય તો પંપ કરો, તાકાત લગાવો. અહીં તો અગ્નિ નીચે વહેવ

માટે પાણી કોઈની મહેનત નથી માગતું, ખુદ પોતે જ વહેવા લાગે છે. એ એનો સ્વભાવ છે.

તેવી જ રીતે અગ્નિને જો નીચેની તરફ લઈ જવો હોય તો કંઈક વ્યવસ્થા કરવી પડશે. અગ્નિ પોતાની મેળે ઉપર જાય છે, એ ઊર્ધ્વગામી છે. એને તપ કહેવાનુ એ જ કારણ છે. કેમ કે ભીતરનો જે અગ્નિ છે, જે જીવનઅગ્નિ છે, એ સ્વભાવથી ઊર્ધ્વગામી છે. એક વાર જો તમને એના ઊર્ધ્વગામી હોવાનો અનુભવ થઈ જાય, તો પછી તેને ઉપર લઈ જવા માટેના તમારે કોઈ પ્રયાસ કરવા નથી પડતા. એ પોતાની મેળે ઉપર જવા લાગે છે

એક વાર જો સહસ્રાર તરફ તપસ્વીનું ધ્યાન ફેરવાઈ જાય, તો પછી એણે પ્રયાસ કરવો નથી પડતો. પછી એ અગ્નિ પોતાની મેળે ઉપર વધે છે. ધીરે ધીરે એ ભૂલી જ જાય છે કે શું નીચે છે, શુ ઉપર છે. ભૂલી જ જાય છે, કેમ કે પછી અગ્નિ તો સહજ જ ઉપર વહે છે. ઉપરની તરફ જવુ એ એનો સ્વભાવ છે.

(૨૮) જન્મોની આદતોના કારણે જીવનઅગ્નિને નીચેની દિશામાં લઈ જવો આપણને સરળ લાગે છે.

નીચેની તરફ લઈ જવા માટે ઘણુ આયોજન કરવુ પડે છે. પરંતુ આપણે નીચેની તરફ લઈ જવા માટે એટલા લાંબા વખતથી ટેવાયેલા છીએ કે જન્મોજન્મથી આપણો અભ્યાસ એને નીચેની તરફ લઈ જવાનો છે એટલા માટે જીવનઅગ્નિને નીચેની તરફ લઈ જવો, વસ્તુતઃ જે કઠણ છે તે આપણને સરળ માલૂમ પડે છે. અને ઉપરની તરફ લઈ જવો કે જે વસ્તુત સરળ છે, તે આપણને કઠણ માલૂમ પડે છે. કઠણતા આપણી આદતમા છે.

ક્યારેક ક્યારેક આપણી આદત એટલી સખત થઈને જામી જાય છે કે તે સ્વભાવને દબાવી દે છે. આદતોના કારણે આપણા બધાના સ્વભાવ દબાયેલા છે. જેને મહાવીર કર્મનો ક્રમ કહે છે તે આપણી આદતોનો ક્રમ છે. આપણે આદતો બનાવી રાખેલી છે

એ આ લોકો આપણને ઠગતી રાખેલા છે એ આ તો સામી જ જૂની જે હારી છે એમનાથી છૂટવા માટે આપણે એમની સાથે યુદ્ધ શરૂ કરીએ છીએ અને પછી આદત બનાવીએ છીએ પરંતુ આદત તેમ છતાંય આદત જ રહે છે

(૧૬) ખોટો તપસ્વી આદત બનાવે છે, જ્યારે સાચો તપસ્વી પોતાનો સ્વભાવ શોધે છે અને આદત બાંધી શકતો નથી પણ તેના સ્વીકાર દ્વારા ધ્યાનનું રૂપાન્તરણ કરે છે

ખોટો તપસ્વી તપની ફક્ત આદત બનાવે જ સાચો તપસ્વી સ્વભાવને શોધે છે આદત બનાવતો નથી આદત (habit) અને સ્વભાવ(nature)નો ફરક સમજી લો આપણે બધા આદત બનાવીએ છીએ યા બનાવડાવીએ છીએ આપણે બાળકોને કહીએ છીએ કે ક્રોધ ન કરો ક્રોધની આદત બાળક ક્રોધ ન કરવાની આદત બનાવે એ ક્રોધ ન કરવાની આદત તો બનાવી લે છે પરંતુ એનાથી ક્રોધ નષ્ટ નથી થતો ક્રોધ ભીતરમાં ચાલવા લાગે છે કામવાસના પકડે છે તો આપણે કહીએ છીએ કે બ્રહ્મચર્યની આદત બનાવો અને એ આદત બની જાય છે પરંતુ કામવાસના ભીતરમાં સરકતી રહે છે એ નવી દિશામાં આગળ વધતી જાય છે આ આદતથી કોઈ ફરક પડતો નથી.

તપસ્વી શોધે છે સ્વભાવના સત્યને બધાને બધી આદતોને હટાવીને એ પોતાના સ્વભાવનું દર્શન કરે છે પરંતુ આદતોને હટાવવા માટેનો એક જ ઉપાય છે—ધ્યાન ન દો. આદત પર ધ્યાન જ ન દો

એક મિત્ર આઠ દિવસ પહેલાં મારી પાસે આવ્યા હતા એમણે કહ્યું કે તમે કહો છો કે મુશ્કેલીમાં રહીને પણ ધ્યાન ન દેવું રહે છે પરંતુ સ્તનનું શું કરીએ ક્રોધ(લોભ)ને શું કરીએ?

મેં એમને કહ્યું — ધ્યાન ન દો

એમણે કહ્યું — કેવી રીતે ધ્યાન ન દઈએ? ક્રોધ પર

કહેવાતો વિજય મેળવ્યો છે તે બિચારો પછી જીવનભર ભૂખ્યો રહેવાની કોશિશમા લાગ્યો રહે છે. કેમ કે એ ડરે છે કે અહી ભોજન મળ્યુ અને ત્યા વાસના ઊઠી. પણ એ નર્યું પાગલપણુ છે. કેમ કે વાસનાની બહાર તો થયા નહિ આ તો ફક્ત કમજોરીને કારણે વાસનાને શક્તિ નથી મળતી.

અસલમાં માણસ જેટલી શક્તિ પેદા કરે છે, એમા કેટલીક તો જરૂરી હોય છે કે જે એના રોજના કામમા વપરાઈ જાય છે. અમુક ચોક્કસ પ્રમાણમા કેટલીક કેલરી શક્તિ એના રોજના કામમા —ઊઠવામાં, બેસવામા નાહવામા, ખાવામા, પચાવવામા, દુકાનમા આવવા-જવામાં, સૂવામા વગેરેમા વપરાઈ જાય છે. એથી વધુ જે વધે છે, જે વધારાની (superfluous) છે તે એના એ કેન્દ્રને મળી જાય છે કે જેના પર તમારું ધ્યાન હોય છે. એમ માની લો કે તમારા રોજિંદા કાર્યમા એક હજાર કેલરી શક્તિ ખર્ચ થાય છે અને તમારા ભોજન અને તમારી વ્યવસ્થાથી બે હજાર કેલરી શક્તિ તમારા શરીરમા પેદા થાય છે તો તમારું ધ્યાન જે કેન્દ્ર પર હશે તે કેન્દ્ર પર એ વધારાની એક હજાર કેલરી શકિત, જે બચી છે તે દોડી જશે. એ શક્તિ વાપરવાનો બીજો કોઈ રસ્તો નથી.

ધ્યાન જ રસ્તો છે કે જેના દ્વારા એ જશે. એને કાંઈ ખબર નથી કે કયા જવાનુ છે. તમારું ધ્યાન એને ખબર આપે છે કે કયા જવાનુ છે અને ત્યા એ ચાલી જાય છે. હવે જો તમારે ખોટા તપમા ઊતરવુ હોય તો તમે એટલુ જ ભોજન કરો કે તમારી અંદર હજાર કેલરીથી વધુ શક્તિ પેદા ન થાય. તો પછી તમને બ્રહ્મચર્ય સધાયેલુ માલૂમ પડશે કેમ કે તમારી પાસે વધારાની શક્તિ બચતી જ નથી કે જે કામ-કેન્દ્રને (sex-centre) મળી જાય. હજાર કેલરી શક્તિ પેદા થાય છે અને તમે હજાર કેલરી ખર્ચ કરી નાખો છો. એટલા માટે તપસ્વી ભોજન ઓછુ કરી દે છે, પગે ચાલવા લાગે છે. શ્રમ વધુ કરે છે અને ભોજન ઓછુ

કરતો જાય છે એ ભમણી પ્રતિક્રિયા કરે છે જેથી શરીરમાં શક્તિ ઓછી પેદા થાય અને વ્યય વધુ થાય એ ઓછામાં ઓછા (minimum) પર જીવવા લાગે છે, જેથી ન તો અતિરિક્ત શક્તિ પેદા થાય કે ન તો વાસના ઊઠે

(૧૫) સાચો તપસ્વી શક્તિ પેદા કરે છે અને તે શક્તિને ધ્યાનના રૂપાંતરણ દ્વારા નવા કેન્દ્ર પર લઈ જાય છે

પણ આનાથી એ વાસના સમાપ્ત નથી થઈ જતી. વાસના એની જગ્યાએ ઊભેલી છે વાસનાનું કેન્દ્ર પ્રતીક્ષા કરશે. અનંત જન્મો સુધી પણ પ્રતીક્ષા કરશે—કહેશે કે જે દિવસે શક્તિ વધુ હોય તે દિવસે હું તૈયાર છું આ ફક્ત ભયમાં જીવવાનું છે આવી રીતે જીવવાથી કાંઈ કશું ઉપલબ્ધ નથી થતું આનાથી પ્રકૃતિ તો છૂટી જાય છે પણ સંસ્કૃતિ મળતી નથી. ફક્ત વિકૃતિ મળે છે અને એક ભયભીત ચેતના રહી જાય છે ના આ માર્ગ ઠીક માર્ગ નથી

ખરા વિધાયક તપનો માર્ગ છે—શક્તિ પેદા કરો ધ્યાન રૂપાંતરિત કરો ધ્યાનને નવાં કેન્દ્રો પર લઈ જાઓ જેથી શક્તિ ત્યાં જાય આપણે ધીરે ધીરે જ્યારે વધુ ઊંડા ધ્યાનના પરિવર્તનને માટે તૈયારી ત્યારે આ પ્રક્રિયા ખ્યાલમાં આવી શકશે. પરંતુ ચોથી પહેલાં તો એ ખ્યાલમાં લઈ લેવું જોઈએ કે મારી વધારાની શક્તિ કયા કેન્દ્રથી વ્યય થઈ રહી છે એની વિપરીત જે કેન્દ્ર છે એ કેન્દ્ર પર ધ્યાનને લગાવવું પડશે

(૧૬) શુદ્ધતાની મિથ્યાધારા—ધર્મગુરુઓની કમજોરીઓની

એક નાની એવી વાત કહીને હું આજની આ વાત પૂરી કરીશ ધર્મગુરુઓનું એક સંમેલન થયું હતું એ દેશના બધા મોટા ધર્મગુરુઓ એક શહેરમાં ભેગા થયા છે એ દેશમાં ચાર મોટા ધર્મ છે ચારેચાર મોટા ધર્મગુરુઓ એક અત્યંત વાતચીતમાં

મગ્ન છે. સંમેલન પૂરું થવાની તૈયારીમાં છે. તેઓ બેઠા બેઠા વાતો કરી રહ્યા છે. મોટી મોટી વાતો પૂરી થઈ ગઈ, નકલી વાતો પૂરી થઈ ગઈ. હવે તેઓ બેસીને અસલી ગપસપ કરી રહ્યા છે.

એક ૭૫ વર્ષનો બુઢ્ઢો ધર્મગુરુ કહે છે, "પૂરી થઈ એ બધી વાતો, લોકો સાંભળીને ગયા. પણ હું તમારી આગળ શું છુપાવું? હું તો આશા રાખું છું કે તમે પણ નહિ છુપાવો. સારું તો એ થશે કે આપણે આપણી અસલ જિંદગી શું છે તે બતાવીએ. હું તો એક જ ચીજથી પરેશાન રહું છું. એ છે ધન. અને દિવસ-રાત ધનની વિરુદ્ધમાં બોલું છું. ધન પર મારી ઘણી પકડ છે. મારો એક પૈસો પણ ખોવાઈ જાય, તો આખી રાત મને ઊંઘ નથી આવતી અથવા જો એક પૈસો મળવાની પણ આશા બંધાઈ જાય, તો પણ હું આખી રાત ઉશ્કેરાટ(excitement)માં રહું છું અને ઊંઘ નથી આવતી. ફક્ત ધન જ મારી કમજોરી છે. ઘણું મુશ્કેલ છે. આની પાર હું નથી થઈ શક્યો. તમારામાંથી કોઈ પાર થઈ ગયો હોય તો બતાવો.

તેમણે કહ્યું, "પાર તો અમે પણ નથી થયા, અમારી પોતાની પણ મુસીબતો છે."

બીજાએ કહ્યું, "મારી મુસીબત તો આ અહંકાર છે. એને માટે હું જીવું છુ, એને માટે હુ ઊઠું છું, એને માટે હું બેસું છું. એને માટે તો હું અહંકારની વિરુદ્ધ બોલુ છુ, પણ છે તો એ જ. આનાથી હું બહાર નથી નીકળી શકતો."

ત્રીજાએ કહ્યુ, "મારી તો કમજોરી આ કામના છે. આ સ્ત્રીઓ મારી કમજોરી છે. દિવસ-રાત હું સમજાવું છુ, પ્રવચન કરુ છું, ચર્ચામાં બ્રહ્મચર્યની વ્યાખ્યા આપુ છું. પરંતુ જે દિવસે સ્ત્રીઓ સભામા નથી આવતી તે દિવસે બોલવાની મજા જ નથી આવતી. મને પોતાને બોલવામા કોઈ રસ નથી આવતો. જે દિવસે સ્ત્રીઓ આવે છે એ દિવસે મારો જુસ્સો જોવા લાયક હોય છે. એ દિવસે જ્યારે હું બોલું છું, ત્યારે વાત જ કોઈ બીજી હોય છે. પરંતુ હવે હું સારી

પેઠે જોયું છું કે એ પણ કામવાસના છે. હું એની અસર નથી થઈ શકતો.'

પાછો માણસ મુલ્લાં નસરુદ્દીન હતો. એ ઊભો થઈ ગયો અને એણે કહ્યું, 'માફ કરો હું જાઉં છું.'

તેઓએ કહ્યું "પરંતુ તમે તમારી કમજોરી તો બતાવી નહિ."

મુલ્લાએ કહ્યું 'મારી કમજોરી એક જ કમજોરી છે એ છે નિંદા. હવે હું એક ક્ષણ પણ રોકાઈ શકતો નથી. આખું ગામ મારી રાહ જોઈ રહ્યું હશે જે મેં અહીં સાંભળ્યું છે તે મારે કહેવું પડશે. મારી એક જ કમજોરી છે — અફવાની અને હવે મારું રોકાવું અશક્ય છે.'

એ મનુષ્યે એને પકડવાની કોશિશ કરી કે તું રોકાઈ જા, ભાઈ તારી આ કમજોરી હતી એ તેં પહેલાં કેમ ન કહ્યું? આટલી વાર ચૂપ કેમ રહ્યો?

દરેક માણસની કોઈ ને કોઈ કમજોરી હોય છે. એ કમજોરીને બરાબર ઓળખી લો. એમાં જ તમારી શક્તિનો નાશ થાય છે.

મુલ્લાએ કહ્યું 'મેં જ્યાં સુધી પૂરું સાંભળ્યું નહોતું ત્યાં સુધી હું બેઠો રહ્યો પરંતુ જ્યારે મેં પૂરું સાંભળી લીધું ત્યારે મારી શક્તિ જાગી ગઈ હવે આજે રાત્રે સૂવું મારા વશમાં નથી. હવે જ્યાં સુધી હું એકેએક વ્યક્તિ સુધી ખબર પહોંચાડી ન દઉં ત્યાં સુધી મને ચેન નહિ પડે. હવે મારી શક્તિ જાગી ગઈ છે."

આ જે આપણી કમજોરી છે એ જ આપણી શક્તિનું નિષ્કાસન છે ત્યાંથી જ આપણી શક્તિ બહાર વહે છે. મુલ્લાં ત્યાં સુધી સુસ્ત બેઠો હતો જાણે કે કોઈ પ્રાણ જ ન હોય. અચાનક એમાં જ્યોતિ આવી ગઈ, પ્રાણ આવી ગયા, ચમક આવી ગઈ.

મુલ્લાએ કહ્યું, [illegible] ક્યારેય વિચાર્યું [illegible]

૧ [illegible] એમાં આવો આનંદ મળશે."

(૩૩) આપણી કમજોરી આપણી શક્તિના વ્યયનું કેન્દ્ર—તપ તેના રૂપાંતરણની પ્રક્રિયા

આપણી કમજોરી આપણી શક્તિના વ્યયનું બિંદુ છે. ભોગ હોય યા ભોગથી વિપરીત ત્યાગ હોય, બિંદુ એ જ બનેલું રહે છે. ધ્યાન ત્યાં જ કેન્દ્રિત રહે છે, શક્તિ ત્યાંથી જ વિસર્જિત થાય છે, બાષ્પીભૂત (evaporate) થાય છે. તપ ધ્યાનનું કેન્દ્ર બદલવાની પ્રક્રિયા છે.

આ પ્રક્રિયા પર હું કાલથી વાત કરીશ. કદાચ એના પર લાંબી વાત કરીશ. કેમ કે મહાવીરે તપના બાર ભાગ કર્યા છે અને એકેએક ભાગ વૈજ્ઞાનિક પ્રક્રિયા છે. તો કાલે વૈજ્ઞાનિક પ્રક્રિયાને આપણે સમજી લઈએ. પછી મહાવીરના તપના એકેએક ભાગ પર વાત કરીશું.



With Best Compliments From —

"મહાવીર જેવા આત્માઓ પોતાની યાત્રા પૂર્વજન્મમા જ પૂરી કરી ચૂક્યા હોય છે એમનુ ઘટનાઓનુ જે જગત છે, તે સમાપ્ત થઈ ચૂક્યુ હોય છે આ જગતમા એમના આવવાની જે પ્રેરણા છે તેમા એમની પોતાની કોઈ વાસના કારણભૂત નથી કેવળ કરુણા જ કારણભૂત છે જે એમણે જાણ્યુ છે, જે એમણે મેળવ્યુ છે એમા વહેચવા સિવાય આ જન્મમા એમનુ હવે કોઈ કામ નથી"

—શ્રી રજનીશજી

[મહાવીર મારી દૃષ્ટિએ માથી]

શુભેચ્છા સાથે:—

"મહાવીરના પગમાં સાપ કરડે છે અને તેમાથી દૂધ નીકળે છે—આ ગાથાનું શારીરિક અર્થમાં કે તથ્યની રીતે કે ઇતિહાસની દૃષ્ટિએ કોઈ મૂલ્ય નથી. આ વાતમાં કોઈ મનોદશા ઉપર જ ભાર છે સાપ કરડે યા મહાવીરને કોઈ ઝેર આપે યા કોઈ એમને મારી નાખવા માટે પણ આવે તોપણ એમનું મન એક માતા વર્તે એનાથી જુદી રીતે વર્તી જ ન શકે. દૂધ નીકળે એનો ખરો અર્થ એટલો જ છે કે મહાવીરનું મન માતૃત્વથી ભરપૂર છે. માતા સિવાય બીજું કાંઈ એ થઈ ન શકે એમનું હોવુ જ માતૃત્વમય છે. એમનો પ્રત્યુત્તર એક માતા જેવો હશે. તમે ગમે તે કરો, ઝેર આપો, દુશ્મનાવટ કરો કે મારો, એમના તરફથી તો પ્રેમ અને કરુણા જ નીતરતી રહેશે."

—**શ્રી** રજનીશજી

['મહાવીર· મારી દૃષ્ટિએ'માથી]

શુભેચ્છા સાથે —

'મહાવીરની સતત ચેષ્ટા એમાં લાગી હતી કે મનુષ્ય કેવી રીતે શ્રાવક બને, કેવી રીતે સાંભળવાવાળો બને અને કેવી રીતે સાંભળી શકે અને એ ત્યારે સાંભળી શકે છે કે જ્યારે એના ચિત્તની બધી વિચાર પરિક્રમા રોકાઈ જાય. પછી બોલવાની જરૂર રહેતી નથી. એ સાંભળી લેશે એવી જે ન બોલાયેલી પરંતુ સંભળાયેલી વાણી છે તેનું નામ દિવ્યધ્વનિ છે. બોલાઈ નથી, પરંતુ સંભળાયેલી છે. અવાજ નથી, પરંતુ પહોંચી ગઈ છે. ફક્ત ભીતરમાં હતી અને સંપ્રેષિત થઈ ગઈ છે. તો શ્રાવક બનાવવાની કળા શીખવા માટે ભારે શ્રમ કરવો પડ્યો છે. હવે તો આપણે કોઈને પણ શ્રાવક કહીએ છીએ—જે મહાવીરને માને છે તે શ્રાવક છે પરંતુ મહાવીરના મરવા પછી શ્રાવક બનવું જ મુશ્કેલ થઈ ગયું છે

—શ્રી રજનીશજી

શુભેચ્છા સાથે:—

"સત્યની અનુભૂતિને અભિવ્યક્તિ કેવી રીતે મળે, એ જ મોટામા મોટો સવાલ મહાવીરની સામે આ જન્મમા હતો. મહાવીર જ પહેલા શિક્ષક નહોતા કે જેમની સામે અભિવ્યક્તિની વાત ઊઠી હોય જેમણે સત્ય જાણ્યુ છે એ બધાની સામે આ સવાલ છે. પરતુ મહાવીરની સામે આ સવાલ ખૂબ ગહન રૂપમા ઉપસ્થિત થયો હતો. મહાવીરના વ્યક્તિત્વની વિશેષતાઓમા એક વિશેષતા એ હતી કે એમને સત્યની જે અનુભૂતિ થઈ, એની અભિવ્યક્તિને એમણે જીવનના સમસ્ત સ્તરો પર પ્રગટ કરવાની કોશિશ કરી. મનુષ્ય સુધી કાઈ વાત કહેવી હોય, તો થોડી કઠણ તો છે, પરંતુ વધુ કઠણ નથી પરતુ મહાવીરની ચેષ્ટા અનૂઠી છે. એમણે ચેષ્ટા કરી કે ઝાડ-પાન, પશુ-પક્ષી, દેવી-દેવતા, બધા સુધી, જીવનના જેટલા સ્તર છે એ બધા સુધી એમને જે મળ્યુ છે, એની ખબર પહોચે. મહાવીર પછી આવી કોશિશ કરવાવાળો બીજો માણસ નથી થયો"

—શ્રી રજનીશજી

['મહાવીર· મારી દૃષ્ટિએ'માથી]

([illegible] [illegible])

[illegible] મંદિરમાં [illegible] પૂજે અને [illegible] [illegible]
[illegible] [illegible] વર્ષો [illegible]

અને [illegible] [illegible] [illegible]
[illegible] વિષે [illegible] [illegible]
[illegible] [illegible]
[illegible] [illegible]
[illegible] [illegible]
[illegible] [illegible]
[illegible] [illegible] અનુભવ [illegible]
[illegible] છે.

[illegible] આનંદમયી [illegible]
[illegible] તેમના પતિ [illegible]
[illegible] [illegible] [illegible]
તેમના સસરા મોતીલાલ [illegible] મારવાડી [illegible]
[illegible] અને [illegible] પ્રતિષ્ઠિત [illegible]
[illegible] જમાનામાં [illegible]
[illegible] પરિવારના [illegible] આગેવાન [illegible]
[illegible] વર્ષોથી [illegible]
અને પોતાના [illegible]
[illegible] [illegible]
અને [illegible]
[illegible] ઉપનિષદો [illegible]
[illegible] [illegible]
[illegible] [illegible]
[illegible] [illegible]
[illegible] [illegible]
[illegible] [illegible]
[illegible] [illegible]

([illegible])

જગતને મને જીવતો રાખવાની જરૂર હશે તો જીવતો ગખશે. એને જો જરૂર નહિ હોય, તો વાત પૂરી થઈ, મારી પોતાની કોઈ જરૂર નથી.

(૩૩) જીવેષણા છોડવા છતાં પણ મહાવીરને મોત ન આવ્યું એની ફળશ્રુતિ—ઘણું એવું છે કે જે આપણા હાથની વાત નથી, નિયતિના હાથમાં છે.

ધ્યાન રહે, મહાવીરની આખી પ્રક્રિયા જીવેષણા છોડવાની છે. મહાવીર કહે છે કે હું જીવિત રહેવા માટે કોઈ એષણા નથી કરતો. જો આ અસ્તિત્વને જ, જો આ વિશ્વસત્તાને જ મારી કોઈ જરૂર હોય તો વ્યવસ્થા કરે. મારે કોઈ જરૂર નથી. પરંતુ આશ્ચર્ય તો એ છે કે તેમ છતાયે મહાવીર ચાલીસ વર્ષ જીવ્યા. સ્વસ્થ જીવ્યા અને આનંદથી જીવ્યા. આ ભૂખે એમને માર્યા નહિ. નિયતિ પર છોડી દેવાથી જરા પણ દીન-હીન ન થયા. જીવેષણાને હટાવી દેવાથી મોત આવી ન ગયુ.

આનાથી ઘણા રહસ્યોની ખબર પડે છે આપણી આ ચેષ્ટા કે હુ જ મને જીવતો ગખી રહ્યો છુ—એ વિક્ષિપ્તતા છે અને આપણો આ ખ્યાલ કે જ્યા સુધી હુ નહિ મરું ત્યાં સુધી હુ કેવી રીતે મરી શકુ છુ—એ અણસમજ છે ઘણું બધુ એવુ છે કે જે આપણા હાથમા નથી. પરતુ એ પણ આપણા હાથની વાત છે એમ આપણે સમજીએ છીએ. જે હાથની બહાર છે એને હાથની વાત સમજવાથી જ અહકારનો જન્મ થાય છે જે આપણા હાથમાં નથી, તેને એ રીતે જ સમજવાથી અહંકાર વિસર્જિત થઈ જાય છે

(૩૪) મહાવીરે પોતાને નિયતિ પર સંપૂર્ણપણે છોડવાથી, સર્વ સ્વીકારના ભાવથી રાજી થઈ જવાથી, તેમનામાં ફેલાયેલી એક અનોખી સુગધ

મહાવીર પોતાનું ભોજન પણ પેદા કરતા નહોતા મહાવીર પોતે થઈને સ્નાન પણ કરતા નહોતા વરસાદનું પાણી જેટલું

ર ત્રી થઇ, તેટલું નવડાવી દેવું પરંતુ ઘણી મજાની વાત છે કે મહાવીરના શરીરમાંથી પસેવાની દુર્ગંધ નહોતી આવતી આવવી તેની હતી ખૂબ આવવી જોઈતી હતી કેમ કે મહાવીર સ્નાન નહોતા કરતા અને તમે કયારેય વિચાર કર્યો છે કે સેંકડો પશુ પક્ષી છે કે જેઓ સ્નાન નથી કરતા? વર્ષાનું પાણી જ બસ છે એમના શરીરમાંથી દુર્ગંધ આવે છે?

એક માણસ જ એવું પ્રાણી છે કે જે ઘણી દુર્ગંધ આપે છે જેને ડીઓડરંટ (દુર્ગંધ દૂર કરનાર)ની જરૂર પડે છે રોજ સુગંધ છાંટો, ડીઓડરંટ સાબુથી નાહો બધા પ્રકારનો બંદોબસ્ત કરો છતાં પણ પાંચ સાત મિનિટ કોઇની પાસે બેસો તો ખરી ખબર પડી જાય છે માણસ એકલું એવું પ્રાણી છે કે જે દુર્ગંધ આપે છે મહાવીરના જીવનની જે લોકોને જાણકારી હતી જેઓ એમની ઘણી નિકટ હતા તેઓ ઘણા ચકિત હતા એમના શરીરમાંથી દુર્ગંધ નહોતી આવતી

અસલમાં મહાવીર એવી રીતે જીવતા હતા કે જેવી રીતે પશુ પક્ષી જીવી રહ્યાં છે એટલા જ પોતાને પ્રાકૃતિક નિયમ પર છોડી દઈને આ વિરાટની જે ઇચ્છા હોય આ અનંત સત્તાની જે ઇચ્છા હોય એ ઇચ્છામાં તેઓ રાજી છે એવું પણ નહિ કે પસેવો આવે તો તેઓ પરેશાન થશે તેઓ પરસેવા માટે પણ રાજી રહેશે દુર્ગંધ આવશે તો દુર્ગંધ માટે પણ રાજી રહેશે અસલમાં રાજી થવાથી જીવનમાં એક નવા પ્રકારની સુગંધ આવવી શરૂ થઈ જાય છે જ્યારે આપણે બધું સ્વીકાર કરી લઈએ છીએ ત્યારે જીવનમાં એક અનોખી સુગંધ ભરાવાની શરૂ થઈ જાય છે બધી દુર્ગંધ અસ્વીકારની દુર્ગંધ છે અને બધી કુરૂપતા અસ્વીકારની કુરૂપતા છે સ્વીકારની સાથે જ એક અનેરું સૌંદર્ય છે એક અનોખી સુગંધથી જીવન ભરાઈ જાય છે એક સુવાસથી જીવન ભરાઈ જાય છે

મહાવીર પર પાણી પડે, તો તેઓ સમજશે કે વાદળાએ સ્નાન કરાવ્યું. મહાવીરે સમસ્ત પર પોતાને છોડી દીધા. જ્યારે વાદળ વરસે, ત્યારે સ્નાન થઈ ગયું સ્નાન કરાવવુ તો ફક્ત પ્રતીક છે. વાત એટલી જ છે કે મહાવીરે પોતાને નિયતિ પર, પ્રકૃતિ પર, છોડી દીધા છે; અર્થાત્ હવે તેને જે કરવુ હોય તે કરે, હુ રાજી છું આ રાજી થવુ એ અહિંસા છે. અને આ રાજી થવાને માટે એમણે અનશનને પ્રાથમિક સૂત્ર કહ્યું છે. કેમ? કેમ કે જ્યા સુધી તમારી ઇન્દ્રિયો તમારાથી રાજી નથી, ત્યા સુધી તમે પ્રકૃતિથી કેવી રીતે રાજી હશો?

(૩૫) નિયતિ માટે રાજી થવા માટે, પહેલાં તો આપણી ઇન્દ્રિયોને આપણા માટે રાજી કરવી જરૂરી

આને જરા વધુ સમજી લઈએ. આમા બે ભાગ છે. તમારી ઇન્દ્રિયો જ તમારાથી રાજી નથી. પેટ કહે છે કે ભોજન દો. શરીર કહે છે કે કપડા દો પીઠ કહે છે કે વિશ્રામ જોઈએ છે. તમારી એકેએક ઇન્દ્રિયે તમારી સામે બળવો પોકારેલો છે. તેઓ કહે છે કે આ નહિ આપો તો તમારી જિંદગી નકામી છે, નિષ્કારણ છે, તમે નિરર્થક જીવી રહ્યા છો. એનાથી તો બહેતર છે કે મરી જાઓ જો એક સારુ બિછાનુ મેળવી શકતા નથી તો મરી જાઓ. તમારી ઇન્દ્રિયો તમારાથી નારાજ છે, તમારાથી રાજી નથી. અને તમને ખેંચી રહી છે, તો તમે આ વિગટથી કેવી રીતે રાજી થવા પામશો? આટલા નાના એવા શરીરમા આટલી નાની એવી ઇન્દ્રિયો તમારાથી રાજી નથી થઈ શકતી તો આ વિરાટ શરીરમા, આ બ્રહ્માંડમા તમે કેવી રીતે રાજી થઈ શકશો?

અને પછી જ્યા સુધી તમારું ધ્યાન ઇન્દ્રિયોમાં વળગેલું રહે છે, ત્યા સુધી તમારું ધ્યાન એ વિરાટ પર જશે પણ કેવી રીતે? અહીં જ ક્ષુલ્લક વસ્તુઓમા અટવાયેલું રહે છે. ક્યારેક પગમાં કાંટો

પેની જાય છે ક્યારેક માથામાં દર્દ થાય છે ક્યારેક આ પાંચણી
દુખે છે ક્યારેક પેલી ઇન્દ્રિય માગ કરે છે આમની જ પાછળ
દોડ્યા કરો સમય બરબાદ જાય છે મહાવીર કહે છે કે પહેલાં
ઇન્દ્રિયોને પોતા સાથે રાજી કરો.

અનશનનો એ જ અર્થ છે કે પેટને પોતા સાથે રાજી કરો
તમે પેટથી રાજી ન થઈ જાઓ બરાબર જાણી લો કે પેટ તમારે
માટે છે તમે પેટને માટે નથી. પરંતુ ઘણા ઓછા લોકો હિંમતથી
કહી શક્યા કે અમે પેટને માટે નથી આપણે સારી પેઠે જાણીએ
છીએ કે આપણે પેટને માટે છીએ પેટ આપણે માટે નથી આપણે
સાધન થઈ ગયા છીએ અને પેટ સાધ્ય થઈ ગયું છે પેટ અર્થાત્
ઇન્દ્રિયો સાધ્ય થઈ ગઈ છે બેચની રહે છે ઓધારનું રહે છે અને
આપણે દોડ્યા કરીએ છીએ

(૨૧) મુલ્લાની વાતનો બોધ—આપણે ઇન્દ્રિયો પાછળ નીચે જઈએ છીએ
અનશનનો હેતુ—ઇન્દ્રિયોને ઉપર લઈ જવાનો

મુલ્લા નસરુદ્દીન એક દિવસ પોતાના મકાનનું છાપરું સમું
કરી રહ્યો હતો વરસાદ આવવાનો સમય થઈ ગયો હતો એક
ભિખારીએ નીચેથી બૂમ પાડી નસરુદ્દીન જરા નીચે આવોને તો
નસરુદ્દીને કહ્યું ત્યારે જે કહેવું હોય તે નીચેથી જ કહી દે તો
પેલાએ કહ્યું મહેરબાની કરીને નીચે આવો

બિચારો નસરુદ્દીન નિસરણીએથી નીચે ઊતર્યો ભિખારીની
પાસે ગયો. ભિખારીએ કહ્યું કંઈ ખાવા માટે આપો તો સારું
નસરુદ્દીને કહ્યું નાસમજ આ તો તું મને નીચેથી પણ કહી
શકતો હતો એને માટે મને નીચે બોલાવવાની શી જરૂર હતી?
એણે કહ્યું બૂમ મારતાં શરમ લાગતી હતી જોરથી બોલીશ તો કોઈ
સાંભળી જશે.

નસરુદ્દીને કહ્યું બિલકુલ સાચું છે ચાલ ઉપર ચાલ.
ભિખારી ખૂબ ખુશ થયો અને તગડો હતો મહામહેનતે ઉપર ચઢ્યો.

નસરુદ્દીન ઉપર આવી પોતાનું છાપરું સમું કરવામાં લાગી ગયો. થોડી વાર ભિખારી ઊભો રહ્યો. જ્યારે તેનાથી ન રહેવાયું ત્યારે તેણે કહ્યું, "ભૂલી ગયા કે શું?" નસરુદ્દીને કહ્યું, "મારે ભીખ નથી આપવી, તે કહેવાને માટે ઉપર બોલાવ્યો છે."

પેલાએ કહ્યું, "તું કેવો માણસ છે? નીચે જ કેમ ન કહ્યું?" નસરુદ્દીને કહ્યું, "ખૂબ સંકોચ લાગ્યો, કોઈ સાંભળી લેશે. તું ભિખારી થઈને મને નીચે બોલાવી શકે, તો હું માલિક થઈને તને ઉપર નથી બોલાવી શકતો?"

આ જ રીતે ઉપરથી બધી ઇંદ્રિયો આપણને નીચે બોલાવતી જાય છે. પણ આપણે ઇન્દ્રિયોને ઉપર બોલાવી નથી શકતા. અનશનનો અર્થ છે — ઇન્દ્રિયોને આપણે ઉપર બોલાવીશું, આપણે ઇન્દ્રિયોની સાથે નીચે નહિ જઈએ.

